लड़कियाँ

शादी से पहले
शादी के बाद

अली असग़र चौधरी

शादी से पहले
शादी के बाद

डा. अली असग़र चौधरी

LADKIYAN SHADI SE PAHLE SHADI KE BAD

ISBN: 81-8314-065-3

संस्करण: 2012

Publishing by

A.M. Faheem

3004/2 Sir Syed Ahmad Road, Darya Ganj, New Delhi-110002

Tel: **2327 1845,** Telefax: **4156 3256**
E-mail:- alhasanatbooks@rediffmail.com
faisalfaheem@rediffmail.com

Printed at:

H.S Offset Press
Darya Ganj Dehli-2

Price

Rs 60/-

एक खूबसूरत और पाकीज़ा किताब
जिसे एक बाप अपनी बेटी को
तोहफ़े में दे सकता है

विषय सूची

इबतिदाईया

अल्लाह का यह बहुत बड़ा एहसान है कि उस ने खुद अपनी मख़लूक़ के लिये ज़िन्दगी के मक़सद को मुतअय्यन (नियुक्त) करते हुये फ़रमाया-

(हम ने जिन्नातों और इन्सानों को अपनी इबादत के लिये पैदा किया है)

अगर हमें यह रहनुमाई न मिलती तो अल्लाह की रज़ा को हरगिज़ न पा सकते।

खुशनसीब हैं वह लोग जो ज़िन्दगी के इस मक़सद को हासिल करने के लिये अपनी पूरी ताक़त लगाते हैं और उसे हासिल करने की पूरी कोशिश करते हैं क्योंकि इन नुफूसे कुदसिया के वुजूद बा-बरकात से इल्म व इरफ़ान हिदायत व रहनुमाई और हिकमत व मअरफ़त के नूर का हर आन फैलता हुआ उजाला कुर्र-ए-अर्ज़ को अपनी लपैट में ले लेता है।

मर्द और औरत का जोड़ा बनाते वक़्त अल्लाह तआला ने बहुत सी मसलहतों में से दो का ज़िक्र बार-बार फ़रमाया है-

1. एक दूसरे से सुकून हासिल करें।

2. नसले इन्सानी क़ायम रहे।

और इन मक़सदों को पूरा करने के लिये मुख़तलिफ़ ज़राये

और वसाइल (साधन) का भी ज़िक्र फ़रमाया है ताकि शादी हो जाने के बाद हर जोड़ा अपनी सलाहियतों और कुव्वतों को काम में लाकर दुनिया को उन के मीठे फल से माला माल करे। एक ख़ानदान को वुजूद में लाये जिस से तमद्दुन की बुनियाद पड़े।

सुकून क्या है? इस की लम्बी चौड़ी तफ़सील के बजाये सिर्फ़ यह कहना काफ़ी है कि सुकून उस कैफ़ियत का नाम है जो इन्सान को ख़ुशी और ग़म से बहुत ज़्यादा मुतअस्सिर होने से महफ़ूज़ रखती है ताकि ज़िन्दगी अज़ाब बन कर न रह जाये। कुरआन मजीद में अल्लाह पाक ने अपने दोस्तों का ज़िक्र करते हुये फ़रमाया है कि उन को न कोई ख़ौफ़ होगा, न कोई ग़म यानी ख़ौफ़ और ग़म दोनों ऐसी कैफ़ियतें हैं जो सुकून को बरबाद करने वाली हैं तो जो उन से मुतअस्सिर न हुआ या उन से महफ़ूज़ रहा उस ने सुकून की दौलत हासिल कर ली। मर्द हो या औरत, अगर ख़ुद पुर सुकून हो और उस पर घबराहट, झिंझलाहट और मायूसी की हालत तारी न हो तो वह अपनी मुख़ालिफ़ जिन्स के लिये भी सुकून का सरचश्मा बन सकता है और अगर वह ख़ुद ही ज़ेहनी उलझनों में मुबतला हो तो दूसरों को सुकून की राह पर चलने की दावत कैसे दे सकता है?

इस लिये सुकून हासिल करने के लिये उस रहनुमाई की ज़रूरत है जिस की तरफ़ इशारा करते हुये सरवरे आलम हज़रत मुहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने इरशाद फ़रमाया–

"तुम में सब से अच्छा वह है जो अपने घर वालों के साथ सब से अच्छा है और मैं अपने घर वालों के साथ सब से अच्छा सुलूक करने वाला हूँ"

लेखक ने इस किताब में इसी चीज़ को बयान किया है ताकि हमारे घरों में ज़िम्मेदारी का एहसास और अच्छा सुलूक करने का उजाला फैल जाये क्योंकि दुनियावी ज़िन्दगी के लिये यह बहुत बड़ी नेमत है।

आज से कुछ साल पहले इस आजिज़ ने नवजवानों की रहनुमाई के लिये एक किताब "नवजवानों के मसाइल और उन का हल" लिखी थी जिसे मकतबा अल हसनात देहली ने प्रकाशित किया है। अलहमदुलिल्लाह नवजवानों ने इसे बहुत पसन्द किया और इस से ख़ूब फ़ायदा उठा रहे हैं। इस के मुताला (अध्ययन) से बहुत से नवजवानों की ज़िन्दगियों में हैरतअंगेज़ इंक़लाब बरपा हो चुका है और उन के क़दम सीधे रास्ते की तरफ़ उठ रहे हैं। इस किताब से मुतअस्सिर (प्रभावित) हो कर बहुत से दोस्त अहबाब और पढ़ने वालों ने आज़िज़ से बार-बार कहा कि इसी अंदाज़ में एक किताब नवजवान बच्चियों के लिये भी लिखी जाये जिस में उन के लिये शादी से पहले और शादी के बाद की ज़िन्दगी के लिये मुनासिब रहनुमाई की भरपूर कोशिश की गई हो।

दोस्तों की तरफ़ से इसरार और आजिज़ की तरफ़ से एअतिज़ार (बहाना) का यह सिलसिला काफ़ी समय तक क़ायम रहा। आख़िर अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त ने इस आजिज़ को यह ज़िम्मेदारी निभाने की तौफ़ीक़ अता फ़रमाई और यह किताब प्रकाशित हो गई और लड़कियों के लिये ग़ौर व फ़िक्र और इल्म व अमल की दावत का एक ज़रिया बन गई है। इसे हर्फ़-ए-आख़िर तो नहीं कहा जा सकता बहरहाल यह एक मुख़लिसाना कोशिश ज़रूर है जिस में हर ज़रूरी मज़हबी, अख़लाक़ी, समाजी और मआशी मसला के बारे में

जानकारी ज़ेहनी उलझनों का हल और औरतों की जिस्मानी बामारियों के इलाज पर रौशनी डाली गई है। पर्दे की जगहों को पोशीदा ही रहने दिया गया है ताकि उस का मुताला करते वक़्त किसी को भी झिझक महसूस न हो।

असल में जवानी का ज़माना उमंगों, आरज़ुओं और जज़्बाती तूफ़ानों का ज़माना होता है और मग़रिबी तहज़ीब ने उन की तकमील के लिये तमाम ज़रियों और साधनों की निशानदही भी कर दी है जबकि इस्लाम ने सरकश जज़्बों पर मुनासिब पाबन्दी लागू कर के मर्द और औरत को शैतान बनने से रोक दिया है। इसी लिये जवानी के ज़माने में रहनुमाई की सख़्त ज़रूरत होती है। लेकिन बदक़िस्मती से हिन्दी में इस विषय पर मुनासिब पत्रिकाएं नहीं मिलती। उम्मीद है कि यह किताब इस सिलसिला और इन हालात में यक़ीनन बारिश की पहली बूंद साबित होगी। क्योंकि यह एक ऐसी किताब है जिसे बाप अपनी बेटी को, भाई अपनी बहन को और शौहर अपनी बीवी को बग़ैर किसी झिझक के तोहफ़तन पेश कर के अपनी अख़लाक़ी ज़िम्मेदारी पूरी कर सकता है।

अल्लाह तआला से दुआ है कि आजिज़ की इस कोशिश को कुबूल कर के इसे निजात का ज़रिया बनाये और हर पढ़ने वाले को इस पर अमल की और हिदायत की तौफ़ीक़ अता फ़रमाये।

अली असग़र चौधरी

सोचने की बातें

आज जो बच्ची है कल जवान होगी, किसी के घर की रौनक़ बनेगी, फिर दुलहन से माँ बन जाएगी, फिर कुछ दिनों के बाद सास कहलाएगी। यूँ ज़िन्दगी के तीन दौर बचपन, जवानी, और बुढ़ापा गुज़र जाएँगे। फिर इस दुनिया को छोड़ कर अपने आमाल का हिसाब किताब देने के लिये दूसरी दुनिया का सफ़र तैय करना होगा। जिस का अंजाम नेक होने की सूरत में जन्नत और बदकार होने की सूरत में दोज़ख़ की शक्ल में ज़ाहिर होगा। चूंकि यह अंजाम अटल है और हर किसी को इस से वास्ता पड़ेगा इस लिये दुनिया में ज़िन्दगी ऐसे तरीक़े से गुज़ारना ज़रूरी है जिस का अंजाम शर्मसारी, ज़िल्लतख़्वारी और दोज़ख़ की आग न हो। इस लिए मुनासिब रहनुमाई की बहुत ज़्यादा ज़रूरत है और यह किताब इस ग़र्ज़ से लिखी जा रही है कि मासूम और भोली-भाली लड़कियाँ ज़िन्दगी के दुश्वारगुज़ार और लम्बे रास्ते में क़दम-क़दम पर इस से रहनुमाई हासिल कर सकें।

जिस तरह ज़िन्दगी के तीन दौर हैं। बचपन, जवानी और बुढ़ापा, इसी तरह बच्ची की पाँच हैसियतें भी होंगी। बेटी, बहन, बीवी, माँ और सास और हर हैसियत के अलग-अलग तक़ाज़े माँग और हुकूक़ होंगे जिन की मुनासिब जानकारी न होने की वजह से लड़की परेशानी में मुबतला हो सकती है। अपना भविषय तबाह कर

सकती है या अपनी इज़्ज़त व इसमत लुटा सकती है इस लिये इन हैसियतों के हर पहलू की जानकारी होनी ज़रूरी है। हम आगे आने वाले अबवाब में इसी तर्तीब से ज़रूरी मालूमात इकट्ठा करेंगे और यह सारी जानकारी कुरआन मजीद और सुन्नते नबवी (सल्ल०) की रौशनी में जमा की जाएँगी क्योंकि इस रौशनी के बग़ैर हर इल्म गुमराही और हर अमल तबाही है।

अज़ीज़ बच्चियो! आप इस वक़्त ज़िन्दगी के दोराहे पर खड़ी हैं। जिस के एक तरफ़ तो दुनिया की दिलफ़रेबियाँ आप को अपनी तरफ़ बुला रही हैं और दूसरी तरफ़ कुछ ज़िम्मेदारियाँ आप का इन्तिज़ार कर रही हैं। आप अपने अन्दर उम्मीदों, उमंगों और वलवलों का तूफ़ान पाती हैं और रंग बिरंगी आरज़ुएँ आप को बेचैन किये देती हैं मगर आप की यह तमाम ख़्वाहिशात और आरज़ुएँ न पूरी होती हैं, न हो सकती हैं क्योंकि अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त ने दुनिया का इन्तिज़ाम कुछ इस तरह बनाया है कि हर शख़्स की हर ख़्वाहिश पूरी नहीं हो सकती। क्योंकि अगर ऐसा होने लगे तो दुनिया जहन्नम का नमूना बन जाये। क़त्ल व ग़ारत और फ़ितना व फ़साद का मैदान बन जाये हाँ ख़्वाहिशात पूरी होने का एक वक़्त और एक मक़ाम है जहाँ हर शख़्स की हर ख़्वाहिश पूरी होगी और उस के पूरा होने में किसी क़िस्म की परेशानी नहीं होगी, न ज़्यादा वक़्त लगेगा बल्कि इधर आप ने कोई आरज़ू की और उधर आँख झपकने में उस को पूरा किया जाएगा लेकिन इस मक़ाम पर पहुंचने के लिये बहुत सी पाबनदियाँ बरदाश्त करनी पड़ेंगी और अपनी बहुत सी ख़्वाहिशों को कुचलना पड़ेगा। यह मक़ाम जन्नत है जो ऐश व आराम और राहत व सुकून का घर है और वहाँ मरने के बाद क़यामत के दिन हिसाब किताब में कामयाब होने वाले ही पहुंच

सकेंगे जबकि नाफ़रमान, सरकश, बाग़ी और काफ़िर व मुशरिक उस की खुशबू भी न सूंघने पाएँगे।

अज़ीज़ बच्चियो! क्या तुम वहाँ जाना चाहती हो? क्योंकि हर शख़्स वहाँ जाना चाहता है लेकिन मेहनत और अच्छे कामों की तरफ़ तवज्जुह नहीं करता जिस की बदौलत वहाँ पहुंचा जा सकता है। अल्लाह पाक हम सब को तौफ़ीक़ दे कि हम वहाँ पहुंच सकें।

यह दुनिया जो इस वक़्त आप को फूलों का गुलज़ार महसूस होती है ऐसी नहीं है अभी आप जवान हैं और ग़ैर ज़िम्मेदार इस लिये आप इस की हक़ीक़त पर ग़ौर नहीं कर सकतीं लेकिन एक वक़्त आएगा जब आप को महसूस होगा कि यह दुनिया तो मैदाने अमल और मुशकिलों का घर है क्योंकि अल्लाह तआला ने फ़रमाया है-

"मैंने आराम जन्नत में रख दिया है, लेकिन इन्सान उसे दुनिया में ढूंढता है फिर भला कैसे पाएगा"।

जिस दुनिया और माहौल व मुआशरा में हम रहते हैं उस की तरफ़ से समाजी अख़लाक़ी और मज़हबी पाबन्दियाँ क़दम-क़दम पर आप की ख़्वाहिशात का गला घोंटने के लिए तैयार हैं। मगर आप चाहती हैं कि-

1. हसीन तसव्वुरात और रंगीन ख़यालात में हर वक़्त खोई रहें और कोई उस में दख़ल देने वाला न हो। रोकने वाला न हो और आप उस फ़रज़ी जन्नत (Upopia) के मज़े लूटती रहें।

2. आप की जेब हर वक़्त दौलत से भरी रहे। आसमान से ज़र व जवाहरात की बारिश होती रहे ताकि आप अपनी चाहत के मुताबिक़ जब और जहाँ चाहें जी भर कर ख़र्च कर सकें और कोई रोकने वाला न हो।

3. माँ बाप, सहेलियाँ, समाज बल्कि हुकूमत भी आप के मश्वरों पर अमल करे किसी को आप से इख़्तिलाफ़ की हिम्मत न हो और आप के हुक्म की तामील करना हर शख़्स अपनी सआदत समझे।

4. समाज और ख़ानदान का हर शख़्स स्कूल और कॉलेज की हर तालिबा बल्कि उसतानी भी आप की ज़ेहनी सलाहियतों का एतराफ़ करे और आप को लीडर माने।

5. आप की शख़्सियत हर मैदान और हर दायर-ए-कार में नुमायाँ हो। हर मजलिस में बहुत ही गर्मजोशी के साथ आप का इसतिक़बाल किया जाये, हर ज़ुबान पर आप का ज़िक्र हो।

6. फिल्मी हीरोइन बनने, टी.वी. की अदाकारा हो जाने, गुलूकारा कहलाने और फैशन की रानी नज़र आने जैसी ख़्वाहिशात की राह में कोई रुकावट न हो।

7. ज़िम्मेदारी का कोई बोझ आप पर न डाला जाये, न आप को किसी के सामने कोई जवाब देना पड़े।

8. सहेलियों का झमगट और (अलट्रामाडर्न होने की सूरत में) ब्वाय फ्रेन्ड का एक गिरोह आप के साथ हो और आप दिलकश दृश्य में खोई रहें और दुनिया भर की सैर व तफ़रीह पर निकल खड़ी हों।

9. आप हमेशा तन्दुरुस्त और जवान रहें। आप की जवानी हर वक़्त जगमगाती रहे और ख़ूबसूरती आप की लौंडी बन कर रह जाये ताकि आप हमेशा ख़ुश व ख़ुर्रम रहें और अलट्रामाडर्न होने की सूरत में अख़बारों में आप की तसवीरें, तक़रीरें और तहरीरें छपती रहें। मजलिसों में आप का इन्तिज़ार किया जाये और

जज़्ब-ए-ख़ुशनुमाई की तसकीन होती रहे।

10. खाने पीने और ओढ़ने पहनने के लिये आप के ज़ाती मेयार हों, जिन पर कोई उंगली उठाने वाला न हो और आँख, कान, नाक और ज़ुबान के चटख़ारे लेती रहें। लज़ीज़ खाने दिलचस्प मनाज़िर (दृश्य) और अफ़राद, भड़कीले वस्त्र, सुरीले गाने और जादू कर देने वाली ख़ुशबुएँ हर वक़्त आप के लिये हाज़िर हों। आप के Disposal पर हों।

अज़ीज़ बच्चियो! यह है आप की ख़्वाहिशों और उमंगों की एक धुधली सी तसवीर...... अब आप ही ज़रा इन्साफ़ से बताएँ क्या इन का हासिल होना मुम्किन है। क्या दुनिया की यह कुछ दिनों की ज़िन्दगी सिर्फ़ इन्हीं को पूरा करने का नाम है। क्या आप की तमाम हैसियतें (बेटी, बहन, बीवी माँ और सास) आप को इन्हें हासिल करने की इजाज़त दे सकती हैं? इतना वक़्त आप के लिये वक़्फ़ कर सकती हैं? इतनी ज़्यादा दौलत आप को फ़राहम कर सकती हैं? और सेनिमा हाल और टी.वी. स्क्रीन के अलावा आप ने कभी अमली दुनिया में और अपने आस पास ऐसा होते देखा है? अगर जवाब नफ़ी में है और वास्तव में नफ़ी में होगा तो फिर आप भी ख़याली दुनिया से निकल आएँ, ख़याली पुलाव पकाना छोड़ दें, सुहाने ख़्वाब देखने छोड़ दें और इस जीती जागती दुनिया में अमली ज़िन्दगी गुज़ारने के लिये तैयार हो जाएँ। जहाँ बहुत सी ज़िम्मेदारियाँ आप की राह तक रही हैं। जहाँ माँ बाप, बहनें, भाई, शौहर, औलाद, बहुएँ और दूसरे लोग आप से बहुत सी उम्मीदें रखते हैं और उन के हुक़ूक़ अदा किये बग़ैर आप इस दुनिया में ज़िन्दगी बसर नहीं कर सकतीं। अल्लाह पाक आप को ज़िम्मेदारियाँ निभाने

की तौफ़ीक़ अता फ़रमाये। हम यह ज़रूरी समझते हैं कि दूसरे बाब को शुरू करने से पहले आप को हुस्न जवानी और सहेलियों के झुरमुट की हक़ीक़त को समझने के लिये मियाँ मुहम्मद बख़्श साहब के कुछ पंजाबी अशआर पर ग़ौर करने की दावत दें ताकि अमली ज़िन्दगी की तरफ़ क़दम बढ़ाते वक़्त आप के अन्दर हसरत व यास का तूफ़ान पैदा न होने पाये।

सदा न राट चिराग़ाँ वाली सदा न सोज़ पतंगाँ
सदा अडाराँ नाल क़ताराँ रहसन कदों क़लंगाँ
सवा नहीं हथ मेंहदी रंगे सदा न छंगन वंगाँ
सदा न छोपे पा मुहम्मद रल मल बहनाँ संगाँ

अनुवादः- न चिराग़ हमेशा रौशन रहेंगे, न हमेशा परवाने उस पर जलेंगे, न कोई कूंज अपनी साथी कूंजों की डार में हमेशा उड़ेगी, न हाथों पर हमेशा मेंहदी का रंग रहेगा, न हमेशा चूड़ियों की खंखनाहट सुनाई देगी। ऐ मुहम्मद (शायर का नाम) न सहेलियाँ सदा मिल जुल कर अपनी मजलिस में बैठेंगी।

सदा नईं मुरग़ायाँ बहना, सदा नईं सर पानी
सदा न सईयाँ सीस गुंदाने, सदा न सुरख़ी लानी
लिख हज़ार बहार हुस्न दी अन्दर ख़ाक समानी
ला प्रीत अजही मुहम्मद जग विच रहुवे कहानी

अनुवादः- न मुरग़ाबियाँ हमेशा पानी में बैठी रहेंगी, न सदा सहेलियाँ बाल संवारा करेंगी, न हमेशा सुर्ख़ी और ग़ाज़ा इस्तेमाल करेंगी चाहे कोई कितना ही हसीन क्यों न हो, आख़िर एक दिन उसे भी क़ब्र में जाना है। ऐ मुहम्मद (शायर का नाम) ऐसी मुहब्बत और नेक नामी से ज़िन्दगी गुज़ार कि दुनिया में तेरा ज़िक्र ख़ैर

बाक़ी रहे।

यानी हमेशा एक जैसे दिन न रहेंगे। इन्सान हमेशा एक हालत में नहीं रहेगा। दुख सुख आते जाते रहेंगे बस क़ीमती बात यह है कि मर्द हो या औरत नेकी के काम करे और दुनिया में इस अच्छे तरीक़े से ज़िन्दगी गुज़ारे कि मरने के बाद भी लोग उसे याद करें। दौलत, हुस्न, जवानी यह फ़ख़्र व गुरूर की चीज़ें नहीं हैं बल्कि इन नेमतों पर अल्लाह का शुक्र अदा करना चाहिये क्योंकि यह भी मिट जाने वाली हैं। हाँ शुक्र करने का इनआम अल्लाह पाक से हासिल किया जा सकता है।

सहेलियाँ और उन की ज़रूरत

ज़िन्दगी गुज़ारने के लिये जहाँ और बहुत सी चीज़ों की ज़रूरत होती है वहाँ सहेलियाँ भी ज़रूरी हैं ताकि राज़ की बात कहने, मशवरा लेने, दुख सुख का माजरा सुनाने और हंसी खुशी में शरीक होने के लिये किसी की कमी महसूस न हो। अगर सहेलियाँ न हों तो ज़िन्दगी बेमज़ा हो जाए हर चीज़ का मज़ा जाता रहे। शादी से पहले सहेली एक Must की हैसियत रखती है। क्योंकि शादी के बाद तो शौहर और औलाद वग़ैरा किसी हद तक उस की कमी पूरी कर देते हैं। खुशी का सही मज़ा भी सहेलियों के झुरमट में ही होता है। और ग़म को ग़लत करने के लिये भी सहेली से बढ़ कर कोई दूसरा मूनिस व ग़मख़्वार नहीं हो सकता। ख़ुदा करे मुख़लिस सहेलियाँ आप का साथ दें।

नीचे हम अच्छी सहेलियों की खुसूसियात बयान करते हैं ताकि आप को उन के इन्तिख़ाब में आसानी हो। क्योंकि ग़लत क़िस्म की सहेली आप को दुनिया और आख़िरत दोनों में रुसवा कर सकती है। इस लिये सहेलियों के बारे में ख़ूब सोच समझ कर क़दम उठाना चाहिये।

अच्छी सहेली में आम तौर से यह ख़ूबियाँ होना ज़रूरी हैं।

1. बहनें बाज़ू होती हैं, सहेलियाँ दिल होती हैं इस लिये तन्दुरुस्त और पाकीज़ा दिल को अपने पास जगह दें।

2. नेक सहेली हमेशा अच्छा मशवरा देती है।

3. सहेलियाँ तो ऐसी बातों से भी वाक़िफ़ होती हैं जिन के बारे में घर वालों को गुमान भी नहीं होता। इस लिये सहेली अगर नेक होगी तो गुमराह नहीं होने देगी।

4. सहेलियों से एहसान किया करो इस से मुहब्बत बढ़ती है।

5. आप की दोस्ती अल्लाह और रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के बाद सिर्फ़ ऐसी ईमानदार नेक सहेलियों से होनी चाहिये जो नमाज़ी हों, सच बोलने वाली हों, हमदर्द हों, नेक बातों का हुक्म दें और बुराई से रोकें।

6. घरेलू मुआमलात और ख़ानादारी के कामों को जानती हों उन में दिलचेस्पी लेती हों और आप का हाथ बटा सकती हों।

7. अय्याश, आवारा गर्द, बदकिरदार लड़कों की बातें करने और उन का पीछा करने वाली लड़कियों से बची रहें।

8. जो लड़कियाँ दीन का मज़ाक़ उड़ाएँ। इस्लामी तहज़ीब व तमद्दुन अख़लाक़ और ग़ैरत का मज़ाक़ उड़ाएँ उस से बग़ावत करें आप उन के क़रीब भी न फटकें।

9. सहेलियों से अल्लाह के वास्ते मुहब्बत करें उन से लालच न रखें क्योंकि अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त का फ़रमान है कि–

"मैं ऐसे लोगों को क़यामत के दिन अपने साया में जगह दूँगा जो सिर्फ़ मेरी ख़ातिर एक दूसरे से मुहब्बत करते हैं"।

10. नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है कि

अगर तुम लोहार के पास बैठोगे तो एक दिन अपने कपड़े

जला कर उठोगे मगर अत्तार (अतर बेचने वाला) के पास बैठोगे तो तुम्हें हर वक़्त ख़ुशबू आएगी।

यानी बुरे दोस्त से बदनामी होगी और नेक दोस्त से नेकनामी होगी।

याद रखिये

A man is known by the company the keeps.

यानी आदमी अपने दोस्तों से पहचाना जाता है।

अगर सहेलियाँ नेक होशियार ईमानदार मुख़लिस और शरीफ़ घरानों की नूरे नज़र होंगी तो आप की इज़्ज़त होगी और अच्छी शुहरत मिलेगी और अगर किसी कमीने बदकिरदार बदअख़लाक़ और बदनाम घराने की लड़कियाँ होगी तो आप की बदनामी होगी। आप के ख़ानदान की बदनामी होंगी। और आप के भविष्य पर उस का बहुत बुरा असर पड़ेगा। याद रखिये शौहर अपनी बीवी के बारे में ज़रा से शक व शुबहा में मुबतला होकर उसे घर से निकाल सकता है इस लिये अपनी इज़्ज़त इसमत और शुहरत को बरबाद न होने दें और अच्छी सहेलियाँ इस सिलसिला में मुआविन व मददगार साबित हो सकती हैं। अगर आप खुद अच्छी आदात व अख़लाक़ की मालिक होंगी तो इन्शाअल्लाह आप को सहेलियाँ भी अच्छी मिलेंगी क्योंकि नेक नेक को ही ढूंढता है।

11. अगर सहेली में कोई ऐब नज़र आये तो बहुत मुहब्बत और एहतियात से उसे आगाह कर दें और उस से छुटकारा पाने में उस की मदद करें।

12. सहेलियों से बहस मुबाहसा करते वक़्त इस बात का ख़याल रखें कि दिलों में रंजिश न पैदा हो जाये अगर बहस को

जीत कर सहेली को खो दिया तो यह घाटे का सौदा है इस लिये बहस को उस की हदों से आगे न बढ़ने दें।

अपनी सहेलियों को अपनी माँ या अपनी बड़ी बहनों से मिलवाती रहें ताकि वह अपने तजर्बे की बिना पर आप को मुनासिब हिदायतें देती रहें और किसी ग़लत क़िस्म की सहेली के हत्थे चढ़ने से आप को बचाती रहें। अल्लाह तआला आप की मदद फ़रमाएँ और सीधे रास्तें पर चलने की तौफ़ीक़ अता फ़रमाएँ।

अनदरूनी कशमकश

अज़ीज़ बच्चियो! अल्लाह तआला ने हमारे अन्दर हमारा एक मेहरबान साथी पैदा किया है जो हर वक़्त हमें बुरी बातों से रोकता है चुनाचे जब हम किसी बुरी बात का इरादा करते हैं तो हमारा दिल ज़ोर ज़ोर से धड़कने लग जाता है यह गोया ख़तरे की घंटी है जो बजने लगती है हमारी साँस फूलने लगती है घबराहट सी तारी हो जाती है और अन्दर से एक आवाज़ आती है जो बार-बार यह कहती है।

"यह काम न करो यह गुनाह है। इस से अल्लाह नाराज़ होगा। ख़ानदान की इज़्ज़त रुसवा होगी और तुम हमेशा के लिये बदनाम हो जाओगी। अब भी वक़्त है इस से बाज़ आ जाओ"।

इस मेहरबान साथी का नाम ज़मीर है और अल्लाह तआला ने उसे हमारा मुहाफ़िज़ बना कर रखा है। लेकिन अज़ीज़ बच्चियो! बात इसी पर ख़त्म नहीं हो जाती बल्कि इस मेहरबान साथी के अलावा एक बुरा साथी भी हमारे अन्दर मौजूद है जो हमें हर वक़्त बुरे कामों पर उकसाता रहता है बुरे-बुरे ख़यालात हमारे दिमाग़ में जमा करता दिलफ़रेब नक़्शे बाँधता और तरह-तरह की तर्कीबें बताता रहता है और हम से बार-बार यह कहता है कि-

"घबराते क्यों हो आगे बढ़कर यह काम क्यों नहीं करते। आगे बढ़ो और उस का मज़ा उठाओ। फिर जो होगा देखा जाएगा। झूट

बोल कर अपनी जान बचा लेना। देखो इस मौक़ा को हाथ से न जाने देना"।

इस बुरे साथी को नफ़्स कहते हैं और यही बुरी ख़्वाहिशात हमारे अन्दर उभारता रहता है।

जब हम किसी काम का इरादा करते हैं तो पहले उस का ख़याल दिल में पैदा होता है फिर उसे कर गुज़रने का इरादा पक्का होता है उस के बाद हम उसे कर गुज़रते हैं। यानी ख़याल पैदा होना, इरादा करना और कर गुज़रना तीन मंज़िलें हैं जिस में से हमें गुज़रना पड़ता है और उन तीन मंज़िलों में हमारे यह दोनों साथी अपना-अपना ज़ोर लगाते रहते हैं कि हम उन की बात मान लें और आख़िरकार हम उन दोनों में से किसी एक का हुक्म मान लेते हैं। जैसे अगर हम आमों के बाग़ के पास से गुज़रें जहाँ पके हुये आम लगे हों और माली भी वहाँ मौजूद न हो तो हमारा बुरा साथी फ़ौरन कहेगा।

"आगे बढ़ कर आम तोड़ लो। देखो कितने पक्के और मीठे आम हैं और देखो माली भी मौजूद नहीं है बस आगे बढ़ो और हाथ बढ़ा कर आम तोड़ लो"।

हालाँकि यह चोरी है लेकिन इसी के साथ-साथ हमारा अच्छा साथी कहेगा।

"ना भई ना--यह काम न करना। यह चोरी है, गुनाह है और इस की सज़ा मिलेगी बुरा साथी आम तोड़ने के लिये उकसाएगा और नेक साथी उस से रोकेगा। आप एक बात हमेशा याद रखें कि हमारे हर काम की एक फ़िल्म तैयार हो रही है जिसे अल्लाह के दो फ़िरिश्ते हर वक़्त हमारे साथ मौजूद रह कर तैयार करते रहते हैं

और किसी भी बात या काम को नज़र अंदाज़ नहीं करते बल्कि हर लेहज़ा और हर लमहा की पूरी-पूरी फ़िल्म तैयार करते रहते हैं जो क़यामत के दिन अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त के सामने दिखाई जाएगी। सोचिये उस वक़्त किस क़द्र ज़िल्लत व रुसवाई होगी और क्या क्या सज़ा न मिलेगी। अज़ीज़ बच्चियो! उस दिन से हमेशा डरती रहें ताकि इस दुनिया में तैयार होने वाली हमारे आमाल की फ़िल्म अच्छे आमाल की फ़िल्म हो और क़यामत के दिन उस फ़िल्म को देख कर अल्लाह पाक भी खुश हों। हम भी खुश हों और इनआम के मुसतहिक़ बनें।

याद रखने वाली बात यह है कि आप ने जिस साथी का भी कहना मानना शुरू कर दिया वह ज़्यादा ताक़तवर हो जाएगा और फिर यूँ समझये कि उस का आप पर पूरा-पूरा ग़लबा हो जाएगा। आप उस का हर एक हुक्म मानने पर मजबूर हो जाएँगी अब अगर नेक साथी ग़ालिब आता है तो बहुत अच्छी बात है इस से दुनिया और आख़िरत दोनों की कामयाबी व कामरानी आप को हासिल होगी। और अगर बुरा साथी ग़ालिब आता है तो दुनिया और आख़िरत दोनों में ज़िल्लत व रुसवाई नसीब होगी। इस लिये हमारा मुख़लिसाना मशवरा यह है कि आप हमेशा अच्छे साथी की बात मानें और बुरे साथी को धुतकार दें। हाँ अगर कभी ग़लती हो जाये तो फ़ौरन तौबा कर के आइन्दा के लिये मुहतात रहने का पक्का इरादा कर लें क्योंकि उस में आप की इज़्ज़त व शुहरत और तरक़्क़ी व कामयाबी का राज़ है। हम आगे चल कर आप को बताएँगे कि ग़लती क्यों होती है। उस से किस तरह बचा जा सकता है और तौबा कैसे की जाती है।

☆☆☆

ख़तरे की घंटी

तेरह-चौदह साल की उम्र से लेकर बीस-बाईस साल की उम्र तक का ज़माना बहुत से हंगामों, वलवलों और ख़तरों का ज़माना होता है क्योंकि इस ज़माने में जिस्मानी आज़ा (अंगों) के साथ-साथ अक़्ल व शुऊर में पुख़तगी हासिल कर के बच्ची बालिग़ हो जाती है और अब वह दोशीज़ा बनकर इस क़ाबिल हो जाती है कि ज़िन्दगी का बोझ उठा सके, बीवी और माँ बन सके। उस ज़माना के शुरू में दो जिस्मानी तबदीलियाँ ज़्यादा नुमायाँ होती हैं, सीने में उभार पैदा हो जाता है और पेशाब की राह से हर महीने पाँच-छः दिन के लिये ख़ून आने लगता है जिसे हैज़ या माहवारी कहते हैं। यह लड़की के बालिग़ होने की निशानियाँ हैं और असल में बालिग़ होना ही ख़तरे की घंटी भी है क्योंकि जिस्मानी आज़ा (अंग) और उन के काम में बहुत ज़्यादा तेज़ व तुन्द तबदीलियाँ वाक़े होती हैं जिस से जिस्म में कई क़िस्म के तूफ़ान पैदा होने लगते हैं। तरह-तरह के ख़यालात अजीब व ग़रीब वसवसे और नई-नई ख़्वाहिशें बेचैन करने लगती हैं। शुकूक और तमन्नाएँ पैदा होती हैं और दोशीज़ा को कुछ सुझाई नहीं देता कि क्या करे और क्या न करे। अकसर उदासी और घबराहट का एहसास होता है। माँ बाप और उसतानियों की रोक टोक से भड़क उठने तक की नौबत आ जाती है। बन संवर कर रहने, आज़ाद घूमने और हमजोलियों से मिलने मिलाने की आरज़ू ज़रूरत से ज़्यादा बढ़ जाती है। दिमाग़ में तरह-तरह के जिनसी ख़यालात व तसव्वुरात पैदा होने लगते हैं। उसे महसूस होता है कि लोग उसे घूर-घूर कर देखते हैं। कभी-कभी उस की अपनी ख़्वाहिश

भी होती है कि वह भी दूसरों को घूर कर देखे। आवारागर्द लड़के उन का पीछा करने लगते हैं। सीटियाँ बजाते हैं इशारे करते हैं रोमाल हिलाते हैं ग़र्ज़ तरह-तरह की वाहियात और क़ाबिले एतराज़ हरकतें करते हैं लड़की को देख कर आहें भरने लगते हैं। ख़त लिखने और ज़्यादा क़रीब से होकर गुज़रने की कोशिश करते हैं। लचर क़िस्म के जुमले बोलते और शेर पढ़ते हैं। इश्क़ नामुराद का तज़करा करते हैं। धमकियाँ भी देते हैं कि अगर हम से तअल्लुक़ क़ायम न किया या हमारे ख़त का जवाब न दिया या हमारी मुहब्बत का जवाब न दिया तो हम यूँ कर देंगे जान से मार देंगे, इग़वा कर लेंगे। तेज़ाब डाल देंगे, ख़ुदकुशी कर लेंगे और यह गुनाह तुम्हारे सर होगा, वग़ैरा वग़ैरा। यह गोया तूफ़ान की लहरें हैं जो आप को हिलाने की पूरी कोशिश करेंगी। हम आने वाले अबवाब में बताएँगे कि इन तूफ़ानों से किस तरह महफ़ूज़ रहा जा सकता है लेकिन आगे बढ़ने से पहले हम आप की तवज्जुह उन तूफ़ानों की तरफ़ दिलाना चाहते हैं जो उम्र के इस हिस्सा में ख़ुद आप के अन्दर पैदा होंगे और मुमकिन है कि उन की शिद्दत बढ़ कर आप को या आप की किसी दूसरी साथी को तबाह कर दे इस लिये उन का इल्म होना आप के लिये इन्तिहाई ज़रूरी है।

बुलूग़त के इस ज़माना में लड़कों को देखने उन से राबता क़ायम करने और इस क़िस्म की बातें करने की दबी दबी और कभी खुली ख़्वाहिशात पैदा हो जाती है। फिर दिन के वक़्त ख़्याली पुलाव पकाने और रात के वक़्त ऐसे ही वाहियात ख़यालात की बदौलत ज़ेहन का सुकून जाता रहता है दिमाग़ उन ख़यालात में फंस कर पढ़ने लिखने की जानिब राग़िब नहीं होता बल्कि तरह-तरह के मनसूबे बनाता रहता है इस लिये जब ऐसे तूफ़ान उठने लगें तो सादा ग़िज़ा खाएँ। ज़्यादा अंडे गोश्त चाय वग़ैरा से परहेज़ करें सादा लिबास पहनें, भड़कीले शोख़ और तंग लिबास को छोड़ दें। पर्दा का

एहतिमाम करें नमाज़ की पाबन्दी पर ज़्यादा तवज्जुह दें और अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त से सीधी राह पर चलने की दुआ माँगा करें। फ़हश रिसालों और किताबों से परहेज़ करें क्योंकि ऐसे अफ़साने नाविल और रिसाले पढ़ने से ख़यालात ख़राब हो जाते हैं। हक़ बात पर दिल नहीं जमता, अमल की कुव्वत घट जाती है। बल्कि अकसर औरतें तो मरते दम तक भी ऐसे ख़यालात से निजात हासिल नहीं कर सकतीं। इस लिये दीनी रिसाले, तारीख़ी, साइंसी, और मालूमाती किताबें पढ़ें। कुरआन मजीद की तिलावत करें और उस के मतालिब पर ग़ौर करें। लेकिन अगर फिर भी कभी तबीअत में बेचैनी पैदा हो या सब्र का दामन हाथ से जाता मालूम हो तो फिर वह दवाएँ इस्तेमाल करें जिन का ज़िक्र हम इलाजुल अमराज़ के बाब में करेंगे क्योंकि अगर ऐसे फ़ासिद ख़यालात की रोक थाम न की जाए तो उस की दो सूरतें हो सकती हैं...... उन पर अमल कर के दुनिया व आख़िरत की रुसवाई हासिल की जा सकती है या उन्हें दबा कर बेइतमीनानी, तशवीश चिड़चिड़ापन काम से नफ़रत, दर्स व मुताला से बेज़ारी और हिसटिरया वग़ैरा में मुबतला हुआ जा सकता है।

आज कल की मायूस और गुमकरदा राह नवजवान लड़कियाँ जिन की शामें और सुब्हें बेकैफ़ होती हैं। वह मनशियात की गोद में सुकून ढूंढती हैं या फिर लड़कों का पीछा करने को अपनी ज़िन्दगी का मक़सद समझती हैं। इसी तरह आवारा लड़कों का कॉलेज की आज़ाद फ़ज़ाओं, पार्कों, सेनिमाहालों, नवजवानों के मेलों और मुख़तलिफ़ क़िस्म की तफ़रीहों में जाने का असल मक़सद सिर्फ़ लड़कियों को फाँसना होता है और इस के लिये वह तरह-तरह के जाल फैलाते हैं। मनसूबे बनाते हैं। पेशकशें करते हैं नई-नई एकटिंग कर के मासूम लड़कियों को लुभाते हैं और फिर उन्हें तबाही के ग़ार में धकेल कर दूसरे शिकार की तलाश में निकल जाते हैं। नवजवान

लड़कियाँ उन का शिकार इस लिये हो जाती हैं कि एक तो वह बहुत भोली-भाली होती हैं। अच्छे बुरे की तमीज़ नहीं कर सकतीं। दूसरे खुद उन के अन्दर खुदसुपुर्दगी की लहरें उठती रहती हैं। इस लिए वह किसी आज़माइश का मुक़ाबला करने के बजाय अकसर खुद ही शिकार हो जाती हैं।

हालाँकि अगर मज़्कूरा सूरतों में जज़बात पर क़ाबू रख कर हौसला और हिम्मत से काम लिया जाये तो अपनी तवानाई और ज़िहानत, दिलचस्पी और हिम्मत को दूसरे मुफ़ीद मशग़ूलात में सर्फ़ कर सकती हैं ताकि आज़ामाईशों का जाल उन पर न डाला जा सके। याद रखिये जिनसी जज़्बा ज़िन्दगी का अहम और लाज़मी जुज़ है उसे नापाक, ख़राब या शर्मनाक नहीं समझना चाहिये, क्योंकि इन्सानी बक़ा का यही ज़रिया है इसी से औलादें पैदा होती हैं। यह जज़्बा जवानी के ज़माना से लेकर कम व बेश उम्र भर मौजूद रहता है मगर औरतें आमतौर से ४५ साल की उम्र के बाद बच्चे पैदा करने के क़ाबिल नहीं रहतीं। अक़लमंदी का तक़ाज़ा यह है कि इस जज़्बा को मुनासिब हुदूद में रखा जाये और इस का गुलाम बन कर ज़िन्दगी को बरबाद न किया जाये क्योंकि अगर इसे बेलगाम छोड़ दिया जाये तो फिर हैवान और इन्सान में फ़र्क़ बाक़ी नहीं रहता। शादी होने तक अपने जज़्बात पर मज़बूत गिरिफ़्त रखें ताकि शादी हो जाने के बाद उन से सही और पूरा-पूरा फ़ायदा उठाया जाये। इस लिये ज़रूरी है कि नवजवान लड़कों से किसी क़िस्म का क़रीबी राबता क़ायम न किया जाये न उन्हें कोई ख़त वग़ैरा लिखा जाये क्योंकि यह जहन्नम की राह है।

आप ने दो लफ़्ज़ों को ख़ूब सुना और पढ़ा होगा। मन का राजा, मन की रानी, या ख़्वाबों का शहज़ादा और ख़्वाबों की

शहज़ादी। लेकिन आप ने उन में बुझे हुये ज़हर पर कभी ग़ौर नहीं किया है। यह अलफ़ाज़ तो अफ़सानों और फ़िल्मों में इस लिये इस्तेमाल होते हैं कि यह सब ग़ैर हक़ीक़ी ज़िन्दगी का शो (Show) होता है लेकिन अमली और हक़ीक़ी ज़िन्दगी में यह सरासर धोका हैं क्योंकि आज कल का ज़माना मतलबपरस्ती, धोकादही और हवसपरस्ती का ज़माना है। जिस में ख़ुलूस नाम की चीज़ ग़ायब है। इस लिये जो लड़का आप को मन की रानी या ख़्वाबों की शहज़ादी कह कर अपनी तरफ़ मुतवज्जेह करता है वह उस वक़्त तक आप को धोका देता रहेगा जब तक आप से उस का दिल न भर जाये। वह एक दिलफ़रेब खिलौने की तरह आप से खेलेगा और फिर तोड़ फोड़ कर फेंक देगा और दूसरे की तलाश में निकल खड़ा होगा। फिर आप की हैसियत दरख़्त से टूटे हुये पत्ते की तरह हो जाएगी जो दोबारा दरख़्त से नहीं जुड़ सकता। इसी तरह आप जिस को ख़्वाबों का शहज़ादा कह कर उस की ख़ातिर अपने दीन, ईमान, माँ बाप और अख़लाक़ को ठुकरा कर उसे हासिल करेंगी, वह मर्द की नफ़सियात के मुताबिक़ आप से ख़ूब जी भर कर खेलेगा, आप को तबाह करेगा और फिर यूँ मुंह मोड़ जाएगा जैसे आप से कभी उस की पहचान ही न थी। ऐसे मन के राजों और ख़्वाबों के शहज़ादों की ठुकराई हुई लड़कियाँ आख़िर हुस्न के बाज़ार में अपने जिस्म बेच कर के बहुत ही ज़िल्लत और गुनाहआलूद ज़िन्दगी बसर करने पर मजबूर हो जाती हैं। क्योंकि समाज नाजाइज़ तअल्लुक़ात पैदा करने और इज़्ज़त बरबाद करने वाली लड़कियों को ठुकरा देता है। याद रखिये हर चमकने वाली चीज़ सोना नहीं होती। यह बहुत ही ख़बीस क़िस्म के लड़के होते हैं जो आप का शिकार खेलते हैं उन से हर क़ीमत पर बचने की कोशिश कीजिये।

☆☆☆

ख़तरे ही ख़तरे

इन्सानी ज़िन्दगी ख़तरों से भरपूर है और आप को भी उन से वास्ता पड़ेगा। इस लिये हम आप को उन ख़तरों से आगाह (सूचित) करते हैं जो शादी से पहले आप को अपने घेरे में ले सकते हैं क्योंकि शादी के बाद तो आप को शौहर की हिफ़ाज़त हासिल हो जाएगी और ख़तरे कम हो जाएँगे।

ख़तरा नं० 1

सब से बड़ा ख़तरा सहेलियों और हमजोलियों की तरफ़ से होता है क्योंकि अगर वह बदकिरदार, घटिया अख़लाक़ की मालिक और बेहया व बेग़ैरत क़िस्म की होंगी तो आप को भी उसी रंग में रंग देंगी और मुमकिन है कि अपने ब्वाय फ्रेन्ड Boy Friend तक भी आप को किसी हीला बहाना से या बहला फुसला कर ले जाएँ और फिर आप की इज़्ज़त व इसमत तबाह हो जाये। आप के ख़ानदान की इज़्ज़त मिट्टी में मिल जाये। इस लिये ऐसी सहेलियों से परहेज़ करें जहाँ आप को कोई सहेली ऐसी ग़लत बात कहे उसे तुरन्त धुतकार दें और उस से तअल्लुक़ तोड़ लें।

ख़तरा नं० 2

बदकिरदार नवजवान लड़के आप को तरह-तरह से अपनी तरफ़ मायल करने की पूरी-पूरी कोशिश करेंगे। रूपये पैसे और सैर व तफ़रीह का लालच देकर फाँसने में लगे रहेंगे। तुहफ़े देने की कोशिश करेंगे। पढ़ाई में आप की मदद करने का बहाना ढूंढेंगे। कोई

पास से गुज़रेगा तो बहुत कुछ कहेगा। कोई ख़ुदकुशी करने की धमकी देगा। आप उन की तरफ़ बिल्कुल ध्यान न दें न किसी बात का जवाब दें न उन की तरफ़ देखें बल्कि एक हाथ में जूता उठा कर दिखा दें। फिर यह खुदबख़ुद ही पीछा छोड़ देंगे। याद रखिये बदकिरदार लड़कों का हौसला मज़बूत नहीं होता। बस जूता देखते ही उन की अकड़फूं तुरन्त ख़त्म हो जाएगी। लेकिन अगर फिर भी कोई पीछा न छोड़े या तंग करे तो तुरन्त अपने माँ बाप और भाईयों को उस की ख़बर दें वह खुद ही उन से निपट लेंगे और आप को परेशान होने की ज़रूरत न रहेगी। लेकिन अगर आप ने खुद ही उन्हें लिफ़्ट देदी या उन से नर्म रवय्या अपनाया, या ताक झांक शुरू कर दी तो फिर वह वास्तव में आप को गुमराह कर देंगे और ज़िल्लत व ख़्वारी आप का मुक़द्दर बन कर रह जाएगी याद रखिये जिस तरह पेड़ से पत्ता टूट कर दोबारा उस से जुड़ नहीं सकता उसी तरह इ़ज़्ज़त बरबाद कर के दोबारा वह मक़ाम हासिल नहीं किया जा सकता और यह भेद एक न एक दिन खुल कर रहता है।

ख़तरा नं. 3

पास पड़ोस की बदकार औरते, मुहल्ले के बदकिरदार दुकानदार, ख़्वांचेफ़रोश स्कूल कॉलेज के बाहर फेरी लगाने वाले, जिन तांगों पर आप सवार होकर स्कूल या कॉलेज जाती हैं उन के लालची और बुरी आदतों वाले तांगाबान, बदकिरदार उसतानियाँ जो लड़कियों से मर्दों की तरह प्यार करती हैं या खुद पैसे कमा कर लड़कियों को दूसरों की नफ़सानी ख़्वाहिशात के हवाले कर देती हैं। यह सब आप के लिये बहुत ख़तरनाक साबित हो सकते हैं। उन पर कड़ी नज़र रखें। उन की किसी बात को न सुनें, उन के चालाये हुये किसी चक्कर में न फंसें, अगर यह लोग आगे बढ़ें तो सख़्ती से

डांट दें और अगर मुश्किल नज़र आये तो तुरन्त बिला झिझक अपने माँ बाप को उन का पता बता दें। इस सिलसिले में आप की ज़रा सी नर्मी आप को जहन्नम की राह पर डाल सकती हैं। आप को किसी पर रहम खाने, नर्मी करने या हमदर्दी जताने की ज़रूरत नहीं है। इस तरह कर के आप अपने लिये साँप और बिच्छू पाल लेंगी जो सारी उम्र आप को डसते रहेंगे ऐसे लोग आप की तसवीरें खींच कर हमेशा आप को ब्लैकमेल करते रहेंगे और अपने नापाक इरादों को पूरा करने के लिये आप को खिलौना बना लेंगे।

ख़तरा नं. 4

गंदे लिटरेचर और किताबें, गंदी तसवीरें वाहियात फ़िल्में, इश्क़िया गाने, सिगरेट, हिरोइन और दूसरे नशे वग़ैरा शैतान के ऐसे ख़ूबसूरत और दिलफ़रेब जाल हैं। जो आप को अपनी तरफ़ खींचते हैं और जब एक बार आप उस में फंस जाएँगी तो फिर आज़ाद होना नामुमकिन हो जाएगा, इस लिये उन से हर हाल में बचती रहें। याद रखिये

अच्छी किताबें अच्छी सहेलियाँ हैं। यह आप को कभी गुमराह नहीं करेंगी उन से दोस्ती कीजिये और नफ़ा उठाईये। बड़े-बड़े लोगों की सवानेह हयात पढ़िये ताकि आगे बढ़ने का हौसला मिले। दीनी किताबें पढ़िये ताकि आक़बत संवरे। आम मालूमात की किताबें पढ़िये ताकि इल्म में बढ़ोतरी हो। ग़र्ज़ अच्छे लिटरेचर की क़द्र कीजिये। नमाज़ की पाबन्दी करें, अपने बहन भाईयों से शफ़क़त व मुहब्बत का सुलूक कीजिये। घर के काम काज में दिलचस्पी लीजिये ताकि आप को शैतानी बातें सोचने का वक़्त न मिले इसी में आप काभला है।

☆☆☆

नज़र की हिफ़ाज़त

ख़्वाहिशे नफ़्स और हम

कुरआन मजीद में इरशाद है

"कभी तुम ने उस शख़्स के हाल पर ग़ौर किया है जिस ने अपनी ख़्वाहिश को अपना खुदा बना लिया है? क्या तुम उस शख़्स को सीधे रास्ते पर लाने का ज़िम्मा ले सकते हो?

क्या तुम समझते हो कि उन में से अकसर लोग सुनते और समझते हैं?

"यह तो जानवरों की तरह हैं। बल्कि उन से भी गये गुज़रे"

हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है-

"इस आसमान के नीचे अल्लाह तआला के अलावा जितने माबूद भी पूजे जा रहे हैं उन में अल्लाह तआला के नज़दीक सब से बुरा माबूद ख़्वाहिशे नफ़्स है जिस की पैरवी की जा रही है"।

आज कल जिस ख़्वाहिशे नफ़्स ने लड़के लड़कियों पर मुकम्मल तौर पर ग़लबा हासिल कर लिया है वह हैं बदनज़री जिसे यह लोग बुरा नहीं समझते। बल्कि बदनज़री की आदत आम सी हो गई है और उस से बिल्कुल नहीं बचा जाता। जिस को चाहते हैं घूरते हैं। ताकते हैं और दीदे फाड़-फाड़ कर देखते हैं, हालाँकि असल गुनाह यानी ज़िना भी उस से पैदा होता है। लड़के लड़कियाँ

बहुत ही बेहयाई से सारा-सारा दिन एक दूसरे को ताकते और यूँ आँखों से ज़िना करते रहते हैं मगर उन्हें इस का एहसास तक नहीं होता कि वह किस तरह अपना आमालनामा सियाह कर रहे हैं।

गुनाह से परहेज़

लोगों की यह हालत है कि कुछ बड़े गुनाहों से बचने का तो ख़याल रखते हैं लेकिन दूसरे बेशुमार गुनाहों की परवाह नहीं करते। जिन गुनाहों में बदनामी और रुसवाई का डर होता है। उन को छोड़ देते हैं और बाक़ी कर गुज़रते हैं हालाँकि गुनाह तो बहरहाल गुनाह है चाहे छोटा हो या बड़ा और क़यामत में उन सब के बारे में पूछ ताछ होगी।

बहादुरी तो यह है कि अगर गुनाह का तक़ाज़ा पैदा हो तो उस तक़ाज़े का मुक़ाबला किया जाये जैसे अगर किसी को घूरने का शौक़ पैदा हो तो निगाहेबद को रोका जाये हदीस शरीफ़ में हैं कि-

"बुरी निगाह से देखने वाले की आँखों में क़यामत के दिन पिघला हुआ सीसा डाला जाएगा"

एक और फ़रमाने नबवी के मुताबिक़

"निगाहेबद को रोकने से ईमान की मिठास नसीब होती है और कमाले तक़वा ही यह है कि इस क़िस्म के तक़ाज़ों का डट कर मुक़ाबला किया जाये"।

कुरआन मजीद में इरशाद है-

"आप मुसलमान मर्दों से कह दीजिये कि अपनी निगाहें नीची रखा करें और अपनी शर्मगाहों की हिफ़ाज़त करें।

और मुसलमान औरतों से कह दीजिये कि अपनी निगाहें नीची रखा करें और अपनी शर्मगाहों की हिफ़ाज़त करें"।

सुबहानल्लाह ज़िना से बचने की क्या ख़ूब तालीम दी है। पहला हुक्म निगाहों को नीचा ररखने का है कि ना महरम पर नज़र न पड़े और यूँ ज़िना की तहरीक ही पैदा न हो और न किसी से मेल मिलाप का ख़याल आये। इस तरह बुराई के इन ज़राये की रोकथाम करने के बाद असल मक़सद यानी शर्मगाहों की हिफ़ाज़त का हुक्म दिया गया है। अब जो शख़्स भी जानबूझ कर आज़माइश में पड़े और गुनाहे कबीरा (बड़ा गुनाह) करे वह वास्तव में सज़ा के लायक़ है।

बदनज़री ख़तरनाक मर्ज़

बदनज़री एक ऐसा कमबख़्त गुनाह है कि उस से जी नहीं भरता, हालाँकि हर गुनाह करने के बाद इन्सान उस के दोबारा करने से कुछ देर के लिये रुक जाता है बल्कि अकसर गुनाह कर गुज़रने पर आदमी ख़ुद अपने आप पर नफ़रीन (लानत) करता रहता है लेकिन यह मर्ज़ ऐसा है कि इस का बार-बार तक़ाज़ा होता है और सेरी नहीं होती। इस तरह बार-बार के तक़ाज़ों को पूरा करते-करते कुव्वते इरादी भी ख़त्म हो जाती है और उसे छोड़ने का हौसला नहीं होता बल्कि एक काँटा सा दिल में खटकता रहता है।

बदनज़री में एक ख़राबी तो यह है कि उस से दिल नहीं भरता और दूसरी ख़राबी यह है कि यह ज़िना का मुक़द्दमा (शुरूआत) है अगर कोई लड़की किसी नामहरम को न देखे तो वह ज़िना की आज़माइश से महफ़ूज़ रहेगी। हदीसे नबवी में है कि-

"आँखें भी ज़िना करती हैं और उन का ज़िना बदनज़री है"

"और बुरी नज़र को ज़िना इस लिये कहा गया है कि यह गुनाह की दावत देती है।

बदनज़री में एक बात यह है कि लड़का और लड़की दोनों यह समझते हैं कि दूसरे लोगों को उन की बदनज़री की जानकारी नहीं। इस लिये उन्हें बदनामी औ रुसवाई का डर नहीं होता लेकिन अल्लाह पाक फ़रमाता है कि

"मैं तुम्हारे दिलों की खोट और निगाहों की चोरी को जानता हूँ"।

पहली और दूसरी नज़र

हदीस शरीफ़ में आया है कि

किसी नामहरम पर वह पहली नज़र जो अचानक पड़ जाये माफ़ है मगर उस को लगातार देखते रहना मना है"

औरतों और मर्दों का एक दूसरे को घूरते रहना बहुत ज़्यादा ख़तरनाक और तबाह करने वाली बात है।

लड़के या लड़कियाँ किसी हसीन सूरत को आँखों की राह से दिल में उतार लेते हैं और फिर तनहाई में सोचते और मज़े लेते रहते हैं। उस से मिलने बोलने और उसे बार-बार देखने की तमन्नाएँ करते हैं। ग़र्ज़ यह बला ख़ुद अपने सर पर सवार कर लेते हैं लेकिन जब उन से कहा जाता है कि तुम नामहरम लड़के या लड़कियों को देखते ही क्यों हो तो यह बात उन्हें इन्तिहाई नागवार गुज़रती है और यूँ अपने अख़लाक़ और ईमान को ख़राब करने के साथ-साथ अपनी सेहत का भी दीवालिया निकाल देते हैं। दिन का चैन, रातों की नींद और दिल के इतमीनान से महरूम होकर हर वक़्त घबराये हुये रहते हैं। यह सज़ा अल्लाह पाक के इस हुक्म की खुल्लमखुल्ला नाफ़रमानी की वजह से मिलती है कि निगाहें नीची रखा करो।

हदीस कुदसी में है कि

"मैं ने अपनी रज़ा को मुख़ालिफ़ नफ़्स में रख दिया है लोग उसे मुवाफ़क़त में तलाश करते हैं भला वह कैसे पाएँगे?"

कुरआन मजीद में इरशाद है-

"जो अपने रब के सामने पेश होने से डरा और (इस डर से) उस ने नफ़्स को उस की ख़्वाहिशात से रोका तो उस का ठिकाना जन्नत है।" (सूरह नाज़िआत 40)

इन आँखों से अल्लाह पाक ने अपनी आयात (निशानियाँ) देखने का हुक्म दिया है ताकि उस की कुदरतों का एहसास हो और दिल उस की अज़मत (बड़ाई, इज़्ज़त) से भर जाये।

अब आख़िर में सोच विचार के लिये कुछ बातें याद रखिये-

निगाह का तीर शैतान के ज़हरीले तीरों में सब से ज़्यादा मुहलिक है क्योंकि उस का निशाना कभी ख़ता नहीं होता, आँख अल्लाह तआला की बहुत क़ीमती अमानत है उस की हिफ़ाज़त करें ताकि अमानत में ख़यानत न होने पाये। याद रखें अल्लाह पाक को वह आँख पसन्द है जो उस की याद में पुरनम हो। जो उस के डर से आँसुओं से भर आएँ जिसे हर चीज़ में उस का जलवा नज़र आये जिस पर शर्म व हया की ऐनक चढ़ी हो, जो नामहरम को देख कर ख़ुद झुक जाये, जो उस के कलाम पाक को देख कर अक़ीदत से चमक उठे, जो दूसरों की आँख का तिनका तो न देख सके लेकिन अपने अन्दर का शहतीर तुरन्त देख ले। जो मुहताजों, मिसकीनों और मज़लूमों के दिल की गहराईयों में झाँक सके जो अमीर व ग़रीब को दो अलग-अलग निगाहों से न देखे। जिसे

नमाज़ में ठंडक हासिल हो।

और नीचे दिये गए फ़रमान को ग़ौर से पढ़िए-

1. लड़का या लड़की ख़ुदा की नाफ़रमानी उस वक़्त करते हैं जब उन के दिल की आँखें ख़ुदावंदे तआला से हट कर किसी और नज़ारों में खो जाती हैं।

2. इस बात की फ़िक्र करें कि यह ख़ूबसूरत चेहरा दोज़ख़ की आग में न झुलसा दिया जाये इस लिये ख़ुदा से डरें और उस का हक़ अदा करें।

3. हज़रत इब्ने मसऊद रज़िअल्लाह तआला अनहु बयान करते हैं कि हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि

(क़यामत के दिन) ख़ुदा की अदालत में से कोई शख़्स छुटकारा न पा सकेगा जब तक कि उस से पाँच चीज़ों का हिसाब न ले लिया जायेगा।

1. उस की उम्र के बारे में कि उस ने उसे किन कामों में खपाया।

2. उस की जवानी के बारे में कि उस ने उस को किन कामों में लगाया।

3. उस के माल के बारे में कि उस ने उसे किन तरीक़ों से और कैसे कमाया और

4. कैसे और कहाँ ख़र्च किया।

5. जो इल्म उसे हासिल था उस पर उस ने कहाँ तक अमल किया।

6. कुरआन मजीद में इरशाद है "ऐ मुहम्मद! उन से कहो क्या हम तुम्हें बताएँ कि अपने आमाल में से ज़्यादा नाकाम व नामुराद लोग कौन हैं? वह कि दुनिया की ज़िन्दगी में जिन की सारी कोशिश व जद्दोजहद सीधे रास्ते से भटकी रही और वह यह समझते रहे कि वह सब कुछ ठीक कर रहे हैं"

(सूरह कहफ़ 103,104)

7. "(भला कुछ ठिकाना है उस शख़्स की गुमराही का) जिस के लिये उस का बुरा अमल प्यारा बना दिया गया हो और वह उसे अच्छा समझ रहा हो"। (सूरह फ़ातिर 8)

ख़्वाहिशात और उन का इलाज

चूँकि हर इन्सान आरज़ुओं और उलझनों का शिकार होता रहता है और यह सिलसिला सारी ज़िन्दगी जारी रहता है इस लिये हम आप को यह बताना ज़रूरी समझते हैं कि ऐसा क्यों होता है, लेकिन इस गुफ़्तुगू में जो अलफ़ाज़ बार-बार इस्तेमाल होंगे पहले उन की तशरीह सुन लीजिये।

1. शुऊर Conscious

यह लफ़्ज़ आप बार-बार सुनते रहते हैं और आने वाले सफ़हात में भी इसे कई बार पढ़ेंगे। इस लिये आप उस का मतलब खूब अच्छी तरह समझ लें और याद रखें।

2. लाशुऊर Un-Conscious

यूँ समझिए कि यह नफ़्स (Mind) दिमाग़ का वह हिस्सा है जहाँ ऐसी ख़्वाहिशात जमा होती रहती हैं, जो पूरी नहीं हो सकतीं या जिन्हें हम समाज के दबाव की वजह से पूरा नहीं कर सकते गोया मना की हुई ख़्वाहिशात इस हिस्से में जमा हो जाती हैं। और हर वह वाक़िआ जिसे हम भूल जाना चाहते हैं। यह सब मिल जुल कर इस हिस्से में अपना एक अलग निज़ाम क़ायम कर लेते हैं जो आहिस्ता-आहिस्ता किरदार (चरित्र) पर असर डालता रहता है और यह ख़्वाहिशात अपनी तकमील के लिये टेढ़े और नापसन्दीदा रास्ते अपनाती रहती हैं।

अब मुख़्तसर तौर पर यह समझ लीजिये कि शुऊर तो हर क़िस्म की ख़्वाहिशात पैदा करता रहता है जबकि लाशुऊर उन ख़्वाहिशात की परवरिश करता है जो पूरी न हो सकें और यूँ हमारे लिये उलझनें पैदा करता रहता है।

3. माहौल Environment

हर वह ख़ारिजी सबब जो इन्सानी ज़िन्दगी पर किसी न किसी तरीक़े से असर डालता रहता है यानी आस-पास के हालात।

4. मुताबक़ते माहौल Adjustment

यानी अपने आप को हालात के मुताबिक़ बनाना और तमाम मुश्किलात का कामयाबी से मुक़ाबला करना।

5. आरज़ुएँ

इस दुनिया में रहते हुये हमें बहुत सी चीज़ों की ज़रूरत होती है, जैसे खाने-पीने रहले सहने और कपड़े वग़ैरा पहनने की ज़रूरत ज़िन्दगी गुज़ारने के लिये ज़रूरी होती है। फिर उन ज़रूरतों को पूरा करने के लिये मुख़तलिफ़ क़िस्म की चीज़ों की ज़रूरत होती है। कई क़िस्म के काम करने पड़ते हैं और नाम व नुमूद और आराइश व ज़ेबाइश का जज़्बा हमें दूसरे से आगे बढ़ने पर मजबूर करता है। ऐश व आराम करने का ख़याल भी पैदा होता है। इस तरह ख़्वाहिशात हमारे अन्दर पैदा होती रहती हैं और हम उन को किसी सूरत में भी रोक नहीं सकते। फिर भी यह ख़्वाहिशात तकलीफ़देह नहीं होतीं, क्योंकि यह ज़रूरियात (Necesseries) के तहत आती हैं और इन्सानी ज़िन्दगी की बक़ा और कामयाबी के लिये लाज़िमी हैं।

6. उलझनें Complexes

जो ख़्वाहिशात ज़िन्दगी की ज़रूरतों से बढ़कर ऐश व इशरत (Luxuries) तक जा पहुंचती हैं या जिन ख़्वाहिशों का पूरा करना समाज या मज़हब की निगाह में जुर्म और गुनाह होता है वह ख़्वाहिशात हमारे ज़ेहन में कई क़िस्म की उलझनें पैदा कर देती हैं, क्योंकि जुर्म और गुनाह का एहसास हर आदमी को परेशान करता रहता है और ऐसी ख़्वाहिशें हर रोज़ बढ़ती जाती हैं। इस लिये यह पूरी न होने वाली ख़्वाहिशात हमारे लाशुऊर में जमा होती रहती हैं और फिर तरह-तरह से हमें परेशान करती रहती हैं कभी एक ख़्वाहिश पूरा होने के लिये तंग करती है कि पहले मुझे पूरा करो, कभी दूसरी कहती है मुझे पूरा करो, और हम किसी को भी पूरा नहीं कर सकते। इस तरह ज़ेहन में एक मुसतक़िल जंग और कशमकश की कैफ़ियत पैदा हो जाती है। इस कशमकश की वजह से ज़ेहन थक जाता है बदन कमज़ोर होने लगता है और फिर आसाबी बीमारियाँ घेर लेती हैं।

इस लिये बुरी ख़्वाहिशात और बुरे ख़यालात को उस वक़्त कुचल देना चाहिये जब यह दिमाग़ में पैदा हों, सख़्ती से कहा जाए कि "हरगिज़ नहीं मैं ऐसा हरगिज़ नहीं करूँगी" बस बार-बार यह जुमला दुहराने से वह ख़याल या ख़्वाहिश ख़ुदबख़ुद ख़त्म हो जाएगी।

☆☆☆

आसाबी बीमारियाँ

ख़्वाहिशात का बढ़ते जाना, या उन का पूरा न होना बड़ा तकलीफ़देह होता है और जब उन का दबाव बढ़ जाता है तो नीचे लिखी गई बीमारियाँ पैदा हो जाती हैं, जिन्हें आसाबी बीमारियाँ (Hysteria) कहते हैं।

अनजाने ख़ौफ़, वहशत, घबराहट, मायूसी, चिड़चिड़ापन, तशवीश, बेज़ारी व बोरियत, वहशतनाक ख़्वाब वग़ैरा और उन की वजह से हाज़मा ख़राब होने लगता है, नींद कम आती है। रंग पीला हो जाता है। चक्कर आने लगते हैं। गैस और बदहज़मी से खाना हज़म नहीं होता। नज़र कमज़ोर हो जाती है। थोड़ा सा काम करने से दिमाग़ थक जाता है, पढ़ने लिखने को दिल नहीं चाहता कुछ याद नहीं हो पाता। इस तरह आहिस्ता-आहिस्ता सेहत ख़राब होने लगती है, फिर डॉक्टरों के चक्कर में फंस कर जेब का सफ़ाया भी होता है, कारोबार ठप हो कर रह जाता है। कभी-कभी आरज़ी तौर पर आराम भी हो जाता है लेकिन बीमारी की जड़ नहीं जाती बल्कि मुख़्तलिफ़ शक्लों में तरह-तरह की बीमारियाँ ज़ाहिर होती रहती हैं। हाई बिल्डप्रेशर, धड़कन और हिस्टिरिया वग़ैरा मुसतक़िल तौर पर घेर लेते हैं। अकसर औरतें और ख़ासतौर से नवजवान लड़कियाँ कभी-कभी चीख़ मार कर बेहोश हो जाती हैं। हाथ पावँ अकड़ जाते हैं कभी अचानक हंसने या रोने लगती हैं। लोग समझते हैं उन पर

जिन का ग़लबा हो गया है, हालाँकि यह सिर्फ़ उस की पूरी न होने वाली ख़्वाहिशात की चालाकी है।

नवजवानी के आलम में ऐसी ही नाकाम ख़्वाहिशात की बदौलत लड़के और लड़कियाँ आवारागर्द हो जाते हैं। चोरी करने और झूट बोलने लगते हैं। एक दूसरे का पीछा कर के खुद भी बदनाम होते हैं और अपने ख़ानदान को भी बदनाम करते हैं। उन में खुदपसन्दी और ज़िद्दीपन आ जाता है लेकिन उन ख़्वाहिशात में सब से ज़्यादा ताक़तवर और ख़तरनाक ख़्वाहिश जिनसी जज़्बे की तसकीन होती है, जिस पर हम आगे रौशनी डालेंगे।

ख़याली पुलाव

जब ख़्वाहिशात पूरी नहीं होतीं और उन को हम अपने दिमाग़ से खुरच कर बाहर निकाल देने की कुव्वत भी नहीं पाते बल्कि उन को दबाने में नाकाम रहते हैं और उन से निजात हासिल करने की बजाये दिल ही दिल में उन के मज़े और चटख़ारे लेते रहते हैं, तो उसे ख़याली पुलाव पकाना कहते हैं। इस तरह तसव्वुर ही तसव्वुर में उन ख़्वाहिशात को पूरा करने लगते हैं जिस से हमारी अमली क़ुव्वतें कमज़ोर हो जाती हैं और हम एक अमली आदमी Practicalman नहीं रहते। नतीजा यह होता है कि हम ज़िन्दगी की दौड़ में नाकाम रहते हैं और दुनिया में ज़लील व ख़्वार हो जाते हैं। फिर ज़िन्दगी की गहमागहमी, उस की रंगीनी और दोस्तों की महफ़िल सब फीकी उदास और खुश्क महसूस होने लगती है और हम उन में कोई कशिश नहीं पाते, इस तरह तरक़्क़ी करने का जज़्बा मर जाता है और हम दिलशकिस्ता, मायूस नाकाम और नापसन्दीदा इन्सान बन कर रह जाते हैं। यहाँ तक कि एहसासेकमतरी हमें ज़िल्लत की गहराई में फेंक देता है।

उलझनों से निजात का तरीक़ा

ख़ालिक़े अकबर ने हमें बड़ी ताक़तवर कुव्वतें और सलाहियतें बख़्शी हैं, अगर हमें उन का एहसास हो जाये और हम उन से काम लेने का फ़ैसला कर लें तो उन ख़्वाहिशात और उलझनों से निजात हासिल कर लेना कोई मुश्किल काम नहीं है हमारे अन्दर एक कुव्वत ऐसी है जिसे हम कुव्वते इरादी Willpowred कहते हैं। ख़्वाहिशात से निजात हासिल करने का आसान तरीन तरीक़ा यह है कि उस कुव्वत से काम लिया जाये जूँही कोई ख़राब क़िस्म की ख़्वाहिश पैदा हो तुरन्त कुव्वतेइरादी अमल में लाया जाये। जैसे राह चलते हुये अगर किसी लड़के से सामना हो जाये और यह ख़्वाहिश पैदा हो कि उसे देखा जाये तो उस वक़्त कुव्वते इरादी से काम लेकर यह कहना चाहिये।

"यह शैतानी काम और सख़्त गुनाह है, मैं उस लड़के की तरफ़ हरगिज़ नहीं देखूंगी क्योंकि मेरा रब मुझे देख रहा है"।

जब पूरे जोश और अमल व इरादा की ताक़त के साथ यह कहा जाये तो आँखें लड़के की तरफ़ नहीं उठेंगी। इस तरह कुव्वते इरादी को उभारना, उस से काम लेना और उसे हमेशा बुलंद रखना ख़्वाहिशात को कुचलने का बेहतरीन तरीक़ा है।

तीन शदीद ख़्वाहिशें

असल में तमाम ख़्वाहिशात की बुनियाद तीन चीज़ों पर होती है-

1. उमदा क़िस्म के खाने।
2. ज़्यादा बातें।
3. लड़कों की तरफ़ देखना।

इन का इलाज भी आसान है जबकि मुसतकिल मिज़ाजी और मज़बूत इरादे से उन पर अमल किया जाये। नीचे हम इन का आसान इलाज पेश करते हैं।

उमदा क़िस्म के खाने

यह यक़ीन मज़बूत करने की ज़रूरत है कि रोज़ी देने वाली ज़ात अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त की है उस ने जो हमारे नसीब में लिख दिया है उस पर राज़ी रहना हमारे लिये फ़ायदामंद है। इस से एक तो अल्लाह पाक की नाशुक्री नहीं होगी और दूसरे सब्र व क़नाअत की ख़ूबियाँ पैदा होंगी जिन की वजह से मज़ेदार खाने वाली ख़्वाहिश दब जाएगी और इस तरह बहुत सी परेशानियों से ख़ुद बख़ुद नजात मिल जाएगी।

ज़्यादा बातें करना

इस का इलाज यह है कि अपनी ज़ुबान को सच बोलने का पाबन्द कर लिया जाये यानी जो बात की जाये वह सच्ची हो। इस तरह फ़ुज़ूल बातें ख़ुदबख़ुद ख़त्म हो जाएँगी और उन की वजह से जिन फ़ितनों के पैदा होने का डर होता है वह भी ख़त्म हो जाएगा। और उन फ़ुज़ूल बातों से पैदा होने वाली ख़्वाहिशें और उलझनें धीरे-धीरे ग़ायब हो जाएँगी।

नज़रबाज़ी

इस का इलाज यह है कि कुव्वते इरादी से काम लेकर लड़कों की तरफ़ न देखने की क़सम खा लें इस से हर क़िस्म की बुराई का दरवज़ा बन्द हो जाएगा। यह कोई मुश्किल काम नहीं है बस इरादा मज़बूत होना चाहिये। क्योंकि जो लड़की अपनी आँख की हिफ़ाज़त करती है, वह नज़रबाज़ी की लानत से नजात हासिल कर लेती है।

हज़रत ईसा अलैहिस्सलाम का फ़रमान है कि

"अपनी आँख की हिफ़ाज़त कर अगर यह ठीक है तो तेरा सारा बदन ठीक है"।

अज़ीज़ बच्चियो, याद रखें।

बुरी नज़र शैतान के तीरों में से एक ज़हरआलूद तीर है जिस का निशाना कभी ख़ता नहीं जाता। इस लिये नज़रें हमेशा नीची रखें और अगर कभी इत्तिफ़ाक़न किसी लड़के पर नज़र पड़ जाये तो तुरन्त बदल लें। मुँह दूसरी तरफ़ कर लें ताकि फ़ितना पैदा न हो। अल्लाह पाक आप की हिफ़ाज़त फ़रमाएँ।

वक़्त की क़द्र कीजिये

चिलचिलाती हुई धूप में बर्फ़ की एक सिल अपने सामने रखे एक बर्फ़ बेचने वाला बहुत ही दर्द भरी आवाज़ में गुज़रने वालों से कह रहा था।

"लोगो! मुझ पर रहम करो मेरा सरमाया पिघल रहा है"।

इतने में उस के पास से एक साहिबे दिल का गुज़र हुआ। उन्हों ने जब यह दर्द भरी आवाज़ सुनी तो चलते चलते रुक गये। बर्फ़ बेचने वाले की तरफ़ एक नज़र देखा और बहुत ही हसरत से फ़रमाया-

"हाय! अफ़सोस मैं इस बर्फ़ बेचने वाले से भी निकम्मा हूँ कि मेरी उम्र का निहायत क़ीमती सरमाया पिघल रहा है और मुझे इस का एहसास तक नहीं"।

काश हमारे दिल से भी ऐसी ही हूक उठे ताकि हम अपने इस पिघलते हुये सरमाया से ख़ालिके अकबर के साथ नफ़ा का सौदा कर सकें जिस की निशानदही कुरआन मजीद में खुद अल्लाह पाक ने कर दी है और जिस का अमली नमूना उस के बहुत ही क़रीबी बन्दों ने पेश किया है। अल्लाह पाक ने अपने महबूब हज़रत मुहम्मद मुसतफ़ा सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम को मुख़ातब कर के फ़रमाया।

"लिहाज़ा जब तुम फ़ारिग़ हो तो इबादत की मुशक़्क़त में लग जाओ और अपने रब की तरफ़ राग़िब हो" (सूरह अलम नशरह 7-8)

साहिबे तफ़हीमुल कुरआन उस की तशरीह करते हुये फ़रमाते हैं कि

फ़ारिग होने से मुराद अपने मशाग़िल से फ़ारिग़ होना है। चाहे वह दावत व तबलीग़ के मशाग़िल हों या इस्लाम कुबूल करने वालों की तालीम व तरबियत के मशाग़िल हों या अपने घर-बार या दुनियावी कामों के मशाग़िल। हुक्म का मनशा यह है कि जब कोई मशग़ूलियत न हरे तो अपना ख़ाली वक़्त इबादत की रियाज़त व मुशक़्क़त में ख़र्च करो। और हर तरफ़ से ध्यान हटा कर सिर्फ़ अपने रब की तरफ़ ध्यान दो।

यह है हमारे लिये अमली नमूना कि ख़ाली टाइम में अपने रब की तरफ़ मुतवज्जेह हो जाएँ लेकिन इबलीस हमारा अज़ली दुश्मन हमारे आड़े आ जाता है और तरह-तरह की उम्मीदों से हमें उस तरफ़ मुतवज्जेह करने की फुरसत ही नहीं देता क्योंकि उस का सारा कारोबार झूटे वादों और कभी न ख़त्म होने वाली उम्मीदों और आरज़ुओं की दावत के बल पर ही चलता है। अल्लाह पाक फ़रमाते हैं

"वह (शैतान) उन लोगों से वादा करता है और उन्हें उम्मीदें दिलाता है मगर शैतान के सारे वादे फ़रेब और धोके के अलावा और कुछ नहीं हैं" (सूरह निसा-120)

यूरोप में ख़ाली टाइम (Leisure time) गुज़ारना अब एक मसला बन गया और माँ बाप आज़ाद तहज़ीब के बावजूद वहाँ हसरत व यास, नाकामी व नामुरादी बेज़ारियत व बोरियत के हाथों लोग हर वक़्त ज़ेहनी तौर पर परेशान रहते हैं। लेकिन उन की देखा देखी अब वतन अज़ीज़ में भी अल्लाह पाक की आयद की

हुई पाबन्दियों से फ़रार हासिल करने वाले लोग शाम को उदास और सुब्ह को बेकैफ़ महसूस करने लगे हैं जो इस बात का सुबूत है कि उन्हें वक़्त की क़द्र नहीं और उसे अपनी मर्ज़ी से गुज़ारना चाहते हैं हालाँकि इस संसार के मालिक ने हमारी ज़िन्दगी का निज़ामुल औक़ात मुक़र्रर कर के अपने हबीब पाक हज़रत मुहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के ज़रिये हम तक पहुंचा दिया है अब जो शख़्स इस निज़ामुल-औक़ात की बजाये अपना तैयार किया हुआ टाइमटेबिल जारी करने की कोशिश करेगा, वह वास्तव में इस दुनिया में परेशान रहेगा। और आख़िरत में मलामतज़दा होकर हमेशा दाँत पीसेगा और आहें भरेगा।

अल्लाह पाक ने इस सिलसिला में हमारे ग़ौर व फ़िक्र के लिये एक मिसाल देते हुये फ़रमाया है।

"क्या तुम में से कोई यह पसन्द करता है कि उस के पास हरा-भरा बाग़ हो। नहरों से सैराब खुजूरों और अंगूरों और हर क़िस्म के फलों से लदा हुआ। वही ठीक उस वक़्त एक तेज़ गर्म बगोले की ज़द में आकर झुलस जाये जबकि वह ख़ुद बूढ़ा हो और उस के छोटे बच्चे अभी किसी लायक़ न हों। इस तरह अल्लाह अपनी बातें तुम्हारे सामने बयान करता है शायद कि तुम ग़ौर करो"। (सूरह बक़रा 266)

सूरह अल-मुमिनून में इरशाद है-

"फिर अल्लाह उन से पूछेगा बताओ ज़मीन में तुम कितने साल रहे वह कहेंगे एक दिन या दिन का भी कुछ हिस्सा हम वहाँ ठहरे हैं। शुमार करने वालों से पूछ लीजिये। इरशाद होगा। थोड़ी ही देर ठहरे हो ना काश तुम ने यह उस वक़्त जाना होता क्या तुम ने यह समझ रखा था कि हम ने तुम्हें फ़ुज़ूल ही पैदा किया है और

तुम्हें हमारी तरफ़ कभी पलटना ही नहीं है"। (आयत 113-115)

आख़िरत की फ़िक्र न करने वाले आज जिस तरह अपना क़ीमती वक़्त बरबाद कर रहे हैं। उस का एहसास उन्हें मरते वक़्त और हिसाब-किताब के दिन होगा, लेकिन वहाँ वह कुछ न कर सकेंगे क्योंकि दारुल-अमल तो यह दुनिया है जहाँ का एक-एक लमहा क़ीमती है इस लिये हमें इस तेज़ रफ़तारी से गुज़रते हुये उन लमहात को अपनी दुनिया और आख़िरत बनाने और संवारने में ख़र्च करना चाहिये क्योंकि वक़्त एक दौलत है और उसे खो देने वाला बाद में पछताएगा।

अल्लाह तआला का फ़रमान है कि-

"(यह लोग अपनी करनी से बाज़ न आएँगे) यहाँ तक कि जब उन में से किसी की मौत आ जाये तो कहना शुरू कर देगा। ऐ मेरे रब मुझे उस दुनिया में वापस भेज दीजिये जिसे मैं छोड़ आया हूँ। उम्मीद है अब नेक काम करूँगा हरगिज़ नहीं यह तो एक बात है जो वह बक रहा है अब उन सब (मरने वालों) के पीछे एक बरज़ख़ हायल है, दूसरी ज़िन्दगी के दिन तक"।

(सूरह मोमिनून 99-100)

अपने क़ीमती वक़्त को ताश खेलने, गप-शप लड़ाने, बेकार कामों में मशग़ूल रहने, गुनाह के काम करने और बिला वजह बैठे रहने में ख़र्च करना, अख़लाक़ी दीवालियापन है जो न सिर्फ़ फ़र्द के लिये तबाह करने वाला है बल्कि पूरी इन्सानियत के लिये शर्म का कारण है क्योंकि इन्सान इस दुनिया में ग़ैर ज़िम्मेदार नहीं है बल्कि अपने तमाम आमाल के लिये ख़ुदा के सामने जवाबदेह है।

याद रखने के क़ाबिल बात यह है कि कामयाबी या नाकामी

का असल मेयार इस ज़िन्दगी की ख़ुशहाली व बदहाली नहीं है बल्कि वास्तव में कामयाब वह है "जो ख़ुदा के आख़िरी फ़ैसले में कामयाब ठेहरे और नाकाम वह है जो वहाँ नाकाम हो"।

हज़रत इमाम बाक़र रहमतुल्लाह अलैहि फ़रमाते हैं

"हर वह चीज़ और वह शख़्स जो तुझे ख़ुदा से हटा कर अपने साथ मशगूल करे वही तेरा तागूत है तो तुझे देखना चाहिये कि कौन शख़्स और कौन से मशाग़िल तुझे ख़ुदा से हटा कर अपनी तरफ़ मशग़ूल करने वाले हैं क्योंकि यह तेरे ताग़ूत हैं तो उन से निजात हासिल करो"।

औरतों की यह आदत है कि वह बहुत बातें करती हैं जहाँ ज़रा फ़ुर्सत मिली घर बार हो या सड़क और बाज़ार हो बस एक दूसरे से बातें करने लगती हैं और आमतौर से यह सब बातें शिकवे, गिले, शिकायात और ग़ीबत ही होती हैं। इस तरह वक़्त भी बरबाद करती हैं और अपना आमालनामा भी ख़राब करती हैं चाहिये तो यह कि अगर बात करे तो फ़ायदा की बात करे और अगर वक़्त है तो नेकी का काम करे। अच्छा लिटरेचर पढ़े। घर की सफ़ाई सुथराई करे और ख़ानादारी के कामों में ज़्यादा दिलचस्पी ले, ताकि वक़्त से फ़ायदा उठाया जाये।

माँ बाप और जन्नत की राह

रसूल सल्ल० का फ़रमान

एक शख़्स ने आँहज़रत सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम से कहा कि या रसूलुल्लाह मेरे माँ बाप बूढ़े होकर कमज़ोर हो गये हैं और जिस तरह माँ बाप ने बचपन में मेरी परवरिश और हिफ़ाज़त की थी वैसी ही मैंने उन की परवरिश और हिफ़ाज़त की और ख़बरगीरी व ख़िदमतगुज़ारी कर रहा हूँ तो क्या मैंने उन का हक़ अदा क़र दिया है। आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमया:

"नहीं"

क्योंकि वह दोनों तेरी परवरिश करते थे तो उन की तमन्ना और आरज़ू यह थी कि तू ज़िन्दा रहे और तू उन के साथ ऐसा व्यवहार करता है और चाहता है कि

"वह मर जाएँ"

अल्लाह तआला का फ़रमान

कुरआन मजीद में अल्लाह पाक ने अपनी तौहीद व रिसालत के बाद माँ बाप के साथ एहसान करने का हुक्म दिया है। इस तरह माँ बाप के शुक्र को अपने शुक्र के साथ वाजिब और लाज़िम गरदाना है और माँ बाप के साथ एहसान का हुक्म देने के बाद औलाद को नीचे लिखी बातों का हुक्म दिया है।

1. उन के साथ उफ़ तक न करो यानी किसी क़िस्म की झिंझिलाहट और बेज़ारी का इज़हार न करो।

2. उन को झिड़को मत और उन के सामने आवाज़ बुलंद न करो।

3. उन के साथ अदब से बात करो।

4. कमाले तवाज़ो और कमाले शफ़क़त के साथ उन से बर्ताव (व्यवहार) करो।

5. उन के लिये मग़फ़िरत की दुआ और रहमत करो।

अल्लाह और उस के रसूल के फ़रमान और नयापन

मौजूदा दौर नयापन (Modernisim) का शिकार हो चुका है और हर बात को नयेपन की ऐनक से देखा और परखा जाता है। इन्सानी मुहब्बत के रिश्ते बेहद कमज़ोर हो चुके हैं ज़ाती फ़ायदे के लिये अख़लाक़ व मुरव्वत को बिला झिझक भेंट चढ़ा दिया जाता है और ईसार व कुर्बानी जैसे अख़लाक़े फ़ाज़ला तो बस ख़्वाब बन कर रह गये हैं इस नफ़्सानफ़्सी के आलम में नयेपन ने साँझा ख़ानदानी निज़ाम के तार व पोर उखाड़ कर रख दिये हैं और माँ जिसे घर में मरकज़िय्यत हासिल थी अब नाक़ाबिले बरदाश्त बोझ बन कर रह गई है बीवी को माँ पर तरजीह दी जाती है और बाप को नौकरों से कमतर समझा जाता है उन की अहमियत से इन्कार किया जाता है किसी मुआमले में उन की राय मालूम करना बेकार और वक़्त बरबाद करने के बराबर रह गया है। वह जिन्हों ने औलाद को नाज़ व नअम में पाला था अब आहें भरने, ठोकरें खाने और मायूस व उदासी की चक्की में पिसने के लिये रह गये हैं।

मग़रिबी तहज़ीब में तो माँ बाप की यह हालत हो गई है कि

उन्हें पनाह देने और ज़िन्दगी के बाक़ी दिन गुज़ारने के लिये हुकूमत ने ओल्ड ऐज हाउसेज़ (Old age Houses) बनाये हैं ताकि यह धुतकारे हुये बुजुर्ग कमज़ोर और नहीफ़ लोग ज़माने की बेसबाती, अपनों की नाक़दरशनासी और जिगरगोशों की सफ़्फ़ाकी का रोना रोया करें।

हिन्दुस्तान में भी इस की परछाईं फैलती जा रही है और आप हर रोज़ अख़बारों में पढ़ते हैं कि फ़ुलाँ शख़्स ने अपने बाप को क़त्ल कर दिया और फ़ुलाँ ने अपनी माँ को गोली मार दी है जबकि उन बदनसीबों का कुसूर इस से ज़्यादा कुछ नहीं होता कि वह अपनी नाख़ल्फ़ और नाहबख़ार औलाद को जेबख़र्च के लिये ज़्यादा रक़म नहीं दे सकते, या उन की मर्ज़ी के मुताबिक़ शादी करने को पसन्द नहीं करते हालाँकि इस के बारे में हादी-ए-बरहक़ ने फ़रमाया है कि-

1. जन्नत माँ के पावँ के नीचे है।

2. माँ बाप जन्नत की खिड़कियाँ हैं उन से जन्नत में दाख़िल हो जाओ (यानी उन की ख़िदमत कर के जन्नत हासिल करो)।

3. अगर तुम्हारे माँ बाप तुम से नाराज़ हैं तो तुम्हारी इबादत कुबूल नहीं।

4. अगर तुम शफ़क़त और मुहब्बत से अपने माँ बाप के चेहरे की तरफ़ देखोगे तो हज का सवाब पाओगे।

5. अगर तुम्हारे माँ बाप तुम्हें इजाज़त न दें तो तुम हज या जिहाद के लिये न निकलो।

6. शिर्क के बाद सब से बड़ा गुनाह माँ बाप की नाफ़रमानी है।

माँ बाप और हुज़ूर (सल्ल॰) का उसव-ए-हसना

हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम यतीम थे लेकिन आप ने जिन ख़ुशनसीब लोगों को माँ बाप का दर्जा दिया था उन के साथ आप का क्या व्यवहार था। उस की एक मुख़तसर तफ़सील पेश है ताकि उस से हिदायत हासिल की जाये और हर शख़्स अपने दायर-ए-कार में उसव-ए-हसना की तबलीग़ करता रहे। रसूले अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के फ़रमान दूसरों तक पहुंचाये और अल्लाह के हुक्मों से दूसरों को वाक़िफ़ कराये ताकि हमारी ज़िन्दगियाँ पुरसुकून रहें।

आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने हज़रत उम्मे ऐमन (रज़ि॰), बीबी हलीमा सअदिया (रज़ि॰) और फ़ातमा बिन्ते असद को अम्मी बाद अम्मी फ़रमाया और उन की इज़्ज़त व अदब अपनी हक़ीक़ी माँ की तरह की है।

हज़रत उम्मे ऐमन (रज़ि॰) तआला अनहा

हज़रत आमना बिन्ते वहब का जो आप (सल्ल॰) की हक़ीक़ी वालिदा माजिदा थीं उस वक़्त इन्तिक़ाल हो गया था जब आप की उम्र मुबारक छः साल की थी वह अपनी कनीज़ उम्मे ऐमन रज़िअल्लाह तआला अनहा और अपने बेटे हज़रत मुहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के साथ मक्का से मदीना की तरफ़ आ रही थीं कि मक़ामे अबवा पर उन का इन्तिक़ाल हो गया और उम्मे ऐमन रज़िअल्लाहु तआला अनहा जो उस वक़्त नवजवान थीं। आप को लेकर मक्का पहुंचीं हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम मदीना से जब ग़ज़्व-ए-अबवा (ग़ज़्व-ए-वुद्दान) के बाद अपनी वालिदा माजिदा की क़ब्र पर पहुंचे तो आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम पर

अचानक रिक़्क़त तारी हो गई और आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के साथ मुजाहिदीन का दसता भी बेइख़्तियार रो दिया। यह आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की अपनी वालिदा माजिदा से मुहब्बत की वजह से था।

सरदार अब्दुल मुत्तलिब के घर में उम्मे ऐमन रज़िअल्लाह अनहुमा ने आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की इतनी ख़िदमत की थी कि बचपन में माँ का प्यार भी मिला और परवरिश व परदाख़्त भी हुई। इस बात का आप पर गहरा असर था। आप (सल्ल॰) उन के लिये अपनी चादर मुबारक बिछा दिया करते थे ताकि वह उन पर बैठें और ज़िन्दगी भर आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम उन्हें अम्मी बाद अम्मी कहा करते थे और फ़रमाते थे यह मेरे अहले ख़ानदान की यादगार हैं। एक बार हुजर-ए-आयशा (रज़ि॰) में उन्हों ने आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम को एक गिलास पानी लाने को कहा।

हज़रत आयशा सिद्दीक़ा रज़िअल्लाह अनहा को यह बात नागवार गुज़री और फ़रमाया

"आप (सल्ल॰) मख़दूम हैं और तुम इन्हें हुक्म देती हो"

उस पर आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया।

"आयशा (रज़ि॰) इन्हें कुछ न कहो यह मेरी अम्मी बाद अम्मी हैं"।

माँ के दर्जे में जगह पाने वाली हज़रत उम्मे ऐमन रज़िअल्लाहु तआला अनहा की ख़ुशनसीबी देखिये कि ख़ुद सरवरे आलम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने उन की ख़िदमत की है। आप

सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के इस उसव-ए-हसना में हमारे लिये बहुत क़ीमती सबक़ मौजूद है।

हज़रत बीबी हलीमा सादिया (रज़ि०)

हज़रत हलीमा बीबी सादिया रज़िअल्लाहु तआला अनहा ने आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम को दूध पिलाया और आप की चार साल तक परवरिश की थी। एक बार मक्का मुकर्रमा में उस वक़्त तशरीफ़ लाईं जब हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का निकाह हज़रत ख़दीजा रज़िअल्लाहु तआला अनहा से हो चुका था। वह आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के घर में दाख़िल हुईं और जब घर की मालिका उम्मुलमोमिनीन हज़रत ख़दीजा रज़िअल्लाहु तआला ने उन से पूछा कि वह कौन हैं और उन्हों ने जवाब में कहा। हलीमा। तो हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने मकान के अन्दर आवाज़ सुनी और बेइख़्तियार बाहर आकर मेरी माँ, मेरी माँ कहते हुये उन से लिपट गये फिर उन्हें इज़्ज़त व तकरीम से बैठाया उन की ख़ैर व आफ़ियत पूछी और जब वह वापस जाने लगीं तो उम्मुल मोमिनीन हज़रत ख़दीजा रज़िअल्लाहु तआला अनहा ने उन्हें सामान और ग़ल्ले से लदा हुआ ऊँट और बकरियाँ देकर रवाना किया।

जंगे हुनैन में जब क़बीला बनू हवाज़िन के लातादाद मर्द और औरतें मुसलमानों के हाथों गिरफ़तार हुये तो एक औरत ने आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के पास आकर कहा।

"या मुहम्मद मैं आप की रज़ाअ़ी (दूध शरीक) बहन शीमा बिन्ते हलीमा सादिया हूँ"।

आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने उस से निशानी पूछी तो उस ने अपना कंधा (कुछ रिवायतों के मुताबिक़ कमर) खोल कर

दिखाया। और कहा कि आप (सल्ल०) ने एक बार बचपन में किसी बात पर नाराज़ होकर यहाँ काट खाया था यह उसका निशान मौजूद है"।

आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम पर रिक़्क़त तारी हो गई उसे अपनी चादर मुबारक बिछा कर बिठाया और फ़रमाया-

"चाहो तो मेरे पास रहो। और अगर वापस जाना चाहो तो उस की भी इजाज़त है"।

शीमा ने वापस जाना चाहा तो आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने बहुत सी बक़रियाँ देकर रवाना फ़रमाया।

"यह रज़ाई बहन की इज़्ज़त व तकरीम थी"।

क़बीला बनू हवाज़िन के एक वफ़्द ने जब जिइर्राना में आकर आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम से अर्ज़ किया-

"ऐ मुहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम इन क़ैदियों में आप की बहुत सी फूफियाँ और ख़ालाएँ हैं अगर हमारे क़बीला की किसी औरत ने शाहाने अजम को दूध पिलाया होता तो आज क़ैद की ज़िल्लत न देखनी पड़ती"।

आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने उन की बात सुनी तो बेइख़्तियार बीबी हलीमा सादिया रज़िअल्लाहु तआला अनहा याद आ गईं और फ़रमाया।

"बनू हाशिम के हिस्सा में आने वाली क़ैदी मैं रिहा करता हूँ बाक़ियों के बारे में तुम नमाज़ के बाद आकर दरख़्वास्त करना मैं तुम्हारी सिफ़ारिश करूँगा"।

चुनाचे नमाज़ के बाद जब वफ़्द दोबारा हाज़िर हुआ तो आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने दूसरे लोगों को उस की तरग़ीब

दिलाई तो सब ने ख़ुशी के साथ अपनी लौंडी गुलाम आज़ाद कर दिये। यह भी अम्मी बाद अम्मी की इ़ज़्ज़त व तकरीम के तुफैल हुआ था।

हज़रत फ़ातमा बिन्ते असद

हज़रत फ़ातमा बिन्ते असद (रज़ि०) आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की चची, अबू तालिब की ज़ौजा मुहतरमा और हज़रत अली रज़िअल्लाहु अनहु की वालिदा माजिदा, जब फ़ौत (मरना) हुईं तो आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम उन की मय्यत के सिरहाने खड़े हुये और फ़रमाया-

ऐ मेरी माँ! अल्लाह आप पर रहम करे। आप मेरी माँ के बाद मेरी माँ है। आप खुद भूकी रहतीं मगर मुझे खाना खिलाती थीं, आप को खुद कपड़े की ज़रूरत होती मगर आप मुझे पहनाती थीं"।

आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने उन की क़ब्र में लहद अपने मुबारक हाथ से खोदी, उस में थोड़ी देर के लिये लेट गये और उन्हें दफ़न करने के बाद क़ब्र से इस हाल में बाहर तशरीफ़ लाये कि रेशे मुबारक हाथ में पकड़ी हुई थी और आँसू बह रहे थे। इस खुसूसी तवज्जोह फ़रमाने के बारे में जब उमर फ़ारूक़ रज़िअल्लाहु तआला अनहु ने आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम से अर्ज़ किया तो आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने इरशाद फ़रमाया-

"अबू तालिब के बाद उन से ज़्यादा किसी ने मेरे साथ मेहरबानी नहीं की मैं ने अपनी क़मीस उन को इस लिये पहनाई है कि उन्हें जन्नत मिले और क़ब्र में इस लिये लेटा था कि क़ब्र की सख़्तियों से आसानी हो" फिर आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने उन के लिये दुआ की।

"ऐ अल्लाह मेरी माँ फ़ातमा बिन्ते असद को बख़्श दे और उस की क़ब्र कुशादा कर दे, अपने नबी और उन नबियों के वसीला से जो मुझ से पहले गुज़र चुके हैं तू रहमान व रहीम है"।

हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का यह उसव-ए-हसना हमारे लिये मशअले राह है अगर हम उस पर अमल करें तो न सिर्फ़ घरों में खुशी के फूल खिलेंगे बल्कि मुआशरा में भी अमन और राहत की हुकमरानी होगी।

मरने के बाद माँ बाप की ख़िदमत

हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के इरशाद के मुताबिक़ हमें चाहिए कि

1. अपने मरहूम माँ बाप के लिये दुआ करते रहें कि अल्लाह पाक उन की सज़ाओं और ख़ताओं को माफ़ फ़रमाएँ और ऊँचे दर्जात अता फ़रमाएँ।

2. उन के दोस्तों और मिलने वालों का एहतराम करें।

3. उन की वसिय्यतों को पूरा करें।

4. और उन की बाक़ी औलाद और अज़ीज़ों से मुहब्बत करें।

अल्लाह तआला हमें अपने रसूले रहमत हज़रत मुहम्मद सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के फ़रमान पर अमल की तौफ़ीक़ अता फ़रमाएँ।

मुहब्बत और फ़र्ज़

हज़रत ओवैस क़रनी (रह०) हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के सच्चे आशिक़ और यमन के रहने वाले थे। उन से जब पूछा गया कि आप आशिक़े रसूल होने के बावजूद हुज़ूर सल्लल्लाहु

अलैहि वसल्लम की ज़ियारत के लिये मदीना शरीफ़ क्यों नहीं गये तो उन्हों ने फ़रमाया। हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की ज़ियारत करना मेरी ज़ाती ख़्वाहिश है लेकिन महबूब का हुक्म मानना मेरा पहला फ़र्ज़ है मैं अपने महबूब हज़रत मुहम्मद मुस्तफ़ा सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के हुक्म पर अपनी ज़ाती ख़्वाहिश को तरजीह नहीं दे सकता। मैं आप के हुक्म के मुताबिक़ अपनी ज़ईफ़ माँ की ख़िदमत कर रहा हूँ क्योंकि उन की ख़िदमत करने वाला दूसरा कोई नहीं"।

पस साबित हुआ कि हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम से मुहब्बत करने का तक़ाज़ा यह है कि आप के अहकाम की फ़रमाबरदारी की जाये और आप के उसव-ए-हसना पर अमल किया जाये। हज़रत ओवैस क़रनी रहमतुल्लाह अलैहि ने किस ख़ूबी से मुहब्बत का तक़ाज़ा बयान फ़रमाया है।

जुज़ एक अल्लाह चश्म बाज़ कर दी
मुराबा जान जाँ हमराज़ कर दी

तर्जुमाः- अल्लाह तुम्हें इनआम दे तुम ने मेरी आँखें खोल दी हैं और मुझे मेरे महबूब के राज़ से आगाह कर दिया है।

लड़की को शादी से पहले का ज़माना चूंकि माँ बाप के यहाँ गुज़ारना होता है इस लिये हम ने आप को माँ बाप की क़द्र व क़ीमत और उन के हुक़ूक़ के सिलसिले में आप को अपने फ़राइज़ से आगाह करना ज़रूरी समझा है। अल्लाह पाक आप को अपने माँ बाप की फ़रमाबरदारी करने की तौफ़ीक़ अता फ़रमाएँ।

☆☆☆

अपनी क़द्र कीजिए

अज़ीज़ बच्चियो! आप अपने माँ बाप की तमन्नाओं का मरकज़ हैं। उन की इ़ज़्ज़त और शुहरत का बहुत बड़ा दारोमदार आप पर भी है। अगर बच्ची नेक, सलीक़ा शिआर होशियार, फ़रमाबरदार और हमदर्द होगी तो न सिर्फ़ माँ बाप को ख़ुशी होगी बल्कि बहन भाईयों और दूसरे अज़ीज़ व अक़ारिब को भी उस पर फ़ख़्र होगा। मुल्क और क़ौम की तरफ़ से बहुत सी ज़िम्मेदारियाँ आप के कंधों पर डाली जाएँगी। समाज भी आप का मुहासबा करता रहेगा और फिर "अपनी इ़ज़्ज़त अपने हाथ में" होती है। आप दूसरों की इ़ज़्ज़त करेंगी और पाक दामन रहेंगी तो दूसरे भी आप की इ़ज़्ज़त करेंगे इस लिये अपनी क़द्र कीजिये अपनी सलाहियतों का जायज़ा लेकर उन्हें मुसबत कामों पर ख़र्च करें ताकि बेहतर नताइज सामने आएँ। नेक बेटी, फ़रमाबरदार बीवी, जानिसार माँ और हमदर्द सास होने के साथ साथ समाज में बेहतरीन औरत का मक़ाम हासिल करना आप के फ़राइज़ में शामिल है।

वली, बुज़ुर्ग, फ़ौजी जवान, सनअतकार, क़ाइद और मशाहीर सब आप की गोद में पल कर जवान होंगे। आप की लोरियाँ उन्हें ज़िन्दगी का बोझ उठाने का हौसला बख़्शेंगी। आप के दूध की तासीर उन्हें ख़ुददार और जानिसार बनाएगी। बहुत से इनक़िलाब आप के सहारे कामयाब होंगे। सियासी तबदीलियाँ आप की वजह से

रूनमा होंगी। फ़ातिमा जन्नाह, चाँद बीबी, राबिआ बसरी, अशरफुन्निसा बैगम, सब आप ही की तरह बच्चियों से जवान हुईं और फिर बुढ़ापे ने ऊँचे दर्जे पर और क़ाबिले क़द्र औरतों की सूरत में देखा उन के नाम तारीख़ के सफ़हात पर सब्त हो कर रह गये हैं। क्या आप अपनी ख़ूबियों और तवानाईयों से काम ले कर उन की तरह मिसाली औरतों का किरदार अदा न करेंगी? आज वक़्त है अपनी हिफ़ाज़त करें और ऊँचे ख़यालात की परवरिश कर के अपना मुसतक़बिल रौशन करने की हर मुम्किन कोशिश करें।

आवारगी और अख़लाक़

याद रखिये

1. हर दीन का एक बुलंद अख़लाक़ होता है और इस्लाम का बुलंद अख़लाक़ शर्म व हया है।

2. यहाँ ईमान की शाख़ों में से एक शाख़ है।

3. हया और ईमान साथ-साथ हैं। जब एक चीज़ गई तो समझ लें कि दूसरी भी गई।

4. फ़हश ऐब है और हया ज़ीनत। जिस में फ़हश होगा ऐब ज़ाहिर हो जाएगा मगर हयादार में ज़ीनत की ख़ूबी पैदा हो जाएगी।

5. हया यह है कि ख़यालात पर पूरा पूरा क़ाबू रखा जाये, पेट को हराम से बचाया जाये, मौत को याद रखा जाये, क़ब्र में हड्डियों के घुल जाने का ध्यान रखा जाये। जो भी आख़िरत का इरादा रखता है वह दुनिया की ज़ीनत और ऐश तर्क कर दे जिस ने यह काम किये उस ने अल्लाह की हया का हक़ अदा कर दिया।

6. अगर किसी ग़ैर मर्द पर अचानक नज़र पड़ जाये तो तुरन्त मुंह फेर लें।

7. याद रखें अगर अजनबी मर्द पर एक बार नज़र पड़ जाये तो फिर उस को दोबारा न देखें क्योंकि दोबारा देखना गुनाह है और ऐसी आँख में क़यामत के दिन पिघला हुआ सीसा डाला जाएगा।

8. जिस की नज़र ग़ैर मर्द पर पड़ी मगर उस ने तुरन्त निगाह दूसरी तरफ़ फेर ली तो अल्लाह तआला उस को ईमान की मिठास और इबादत का लुत्फ़ अता फ़रमाएगा।

9. औरत छुपाने के क़ाबिल है इस लिये जो औरत बेपर्दा होकर बाहर निकलती है तो शैतान उस की तरफ़ देखने के लिये मर्दों को उभारता है।

10. ग़ैर मर्दों को देखने वाली औरत और ग़ैर औरतों को देखने वाले मर्दों पर हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने लानत फ़रमाई है।

11. न मर्द, मर्द के साथ एक कपड़े में सोये और न औरत, औरत के साथ एक कपड़े में सोये।

12. जिस ने ग़ैर मर्द पर बुरी नज़र डाली उस ने दिल में ज़िना का इरादा किया।

13. ज़िना गुनाहे कबीरा है और ज़ानी मर्द और ज़निया औरत के लिये सख़्त सज़ा है।

☆☆☆

पलट आओ अपने रब की तरफ़

माँ की मुहब्बत

माँ आटा गूंध रही है बच्चा धूल में लतपत खेल रहा है अचानक माँ की नज़र उस पर जा पड़ती है और उस के दिल में बच्चे के लिये मुहब्बत का तूफ़ान उठ खड़ा होता है। वह आटा गूंधना बन्द कर देती है और आटे से लिथड़े हुये हाथों के साथ

"आजा मेरा बच्चा। आ जा मेरा अब्दुल हमीद"

कहती हुई उसे अपने सीने से चिमटाती और अनगिनत बोसे लेती है वह बार-बार मेरा चाँद मेरा सोना कहती है। सीने से लगाती और बलाएँ लेती है उसे धूल की परवाह नहीं है वह आटा गूंधना भूल चुकी है, बस उस का चाँद सा बेटा अब्दुल हमीद ही उस की शफ़क़त और मुहब्बत का मरकज़ बन चुका है और माँ की बेहद व हिसाब मुहब्बत हर चीज़ पर ग़ालिब आ चुकी है।

माँ तो बड़ी शफ़ीक़ होती है दुनिया में माँ की मुहब्बत एक मिसाल बन चुकी है लेकिन जब माँ से सत्तर गुना ज़्यादा शफ़ीक़ (अल्लाह) मुहब्बत की अथाह गहराईयों से हमें पुकारता है।

"आजा मेरे बन्दे"

तो हम समझदार होने के बावजूद उधर ध्यान नहीं देते, हालाँकि वह पुकारने वाला मेहरबान मालिक हमें गुनाहों की ग़लाज़त

में लिथड़ा हुआ देखता है लेकिन नफ़रत नहीं करता, बल्कि उस के अन्दर भी हमारे लिये मुहब्बत व शफ़क़त का ऐसा सत्तर गुना बड़ा तूफ़ान उठता है जो गुनाहों की इस तमाम ग़लाज़त और कसाफ़त को आँख झपकने में बहा ले जाता है।

रहमान की मुहब्बत

वह हमें हर वक़्त पुकारता है।

आयत का तर्जुमा

"(ऐ नबी) कह दो कि ऐ बन्दो जिन्हों ने अपनी जानों पर ज़्यादती की है अल्लाह की रहमत से मायूस न हो जाओ बेशक अल्लाह सारे गुनाह माफ़ कर देता है वह तो ग़फ़ूर और रहीम है"।

(सूरह ज़ुमर-53)

हज़रत इमाम जाफ़र सादिक़ (रह०) से किसी ने पूछा था कि हज़रत कुरआन में सब से ज़्यादा रहमत की निशानदही करने वाली आयत कौन सी है तो उन्हों ने यही आयत पढ़ी और फ़रमाया-

अरहमुर्राहिमीन ने गुनाहगारों को "मेरे बन्दो" कह कर पुकारा है इस से बड़ी रहमत और क्या होगी।

चूंकि हमें सिर्फ़ अल्लाह के क़हर व ग़ज़ब और अज़ाबे दोज़ख़ व क़ब्र की सज़ाओं के बारे में ही ज़्यादातर बताया जाता है इस लिये हम उस की रहमत का यह तसव्वुर भी नहीं कर सकते कि वह नेकों को छोड़ कर सिर्फ़ हम गुनाहगारों को "मेरे बन्दो" कह कर पुकारता है और इस इन्तिज़ार में है कि हम कब उस की तरफ़ पलटते हैं। आप ने अकसर देखा होगा कि अगर किसी का बच्चा गुम हो जाए तो उस की तलाश में वह किस क़द्र परेशान और उलझा हुआ रहता है उसे किसी चीज़ का होश बाक़ी नहीं रहता

और सिर्फ़ अपने बेटे की धुन उस पर सवार होती है फिर जब उस का बच्चा मिल जाता है तो उस की खुशी की इन्तिहा नहीं रहती और वह खुशी से अकसर पागलों की तरह हरकतें करने लगता है।

हज़रत ईसा अलैहिस्सलाम ने इस बारे में एक बड़ी दिलचस्प मिसाल बयान फ़रमाई है-

"तुम में से कौन ऐसा आदमी है जिस के पास सौ भेड़ें हों और उन में से एक खो जाये तो 99 को बयाबान में छोड़ कर उस खोई हुई को जब तक मिल न जाये ढूंढता न रहे?

फिर जब मिल जाती है तो वह खुश होकर उसे कंधों पर उठा लेता है और घर पहुंच कर दोस्तों और पड़ोसियों को बुलाता है और कहता है कि मेरे साथ खुशी करो क्योंकि मेरी खोई हुई भेड़ मिल गई है।

मैं तुम से सच कहता हूँ कि इसी तरह 99 सीधे रास्ते पर चलने वाले लोगों के मुक़ाबले में जो तौबा की हाजत नहीं रखते। एक तौबा करने वाले गुनाहगार की वजह से आसमान पर ज़्यादा खुशी होगी"।

नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने ऐसी ही एक मिसाल बयान फ़रमाई है कि एक शख़्स ऊँट पर सवार होकर सफ़र पर निकला। दूर का सफ़र था। उस ने ज़ादेराह को ऊँट की अम्मारी के साथ बाँध दिया था। चलते चलते एक जगह थक कर एक सायादार पेड़ की छावं में थोड़ी देर के लिये सुस्ताने की ग़र्ज़ से लेट गया और ऊँट चरने लगा उसे नींद आ गई और जब जागा तो ऊँट को ग़ायब पाकर बहुत परेशान हुआ। न लम्बे सफ़र पर पैदल चल सकता था न ज़ादेराह के बग़ैर गुज़ारा हो सकता था। इस लिये

बेताब होकर ऊँट की तलाश में निकला और थक हार कर चूर हो गया मायूसी ने उस की कमर तोड़ दी अचानक ऊँट पर उस की नज़र जा पड़ी जो जंगल में चर रहा था। ख़ुशी की वजह से उस की ज़ुबान से बेइख़्तियार तरबिया कलमात निकले और इतनी ख़ुशी हुई जिस का अंदाज़ा मुश्किल है। इसी तरह जब कोई भटका हुआ बन्दा फिर अल्लाह की तरफ़ पलट आता है तो अल्लाह को उस मुसाफ़िर से भी ज़्यादा ख़ुशी होती है।

तो क्या हम अपने रब की तरफ़ न पलटें?

अपने रब की तरफ़ किस तरह पलटें

अपने रब की तरफ़ पलटने के लिये अपने गुनाहों का एतराफ़ करना और उन से तौबा करना ज़रूरी है और तौबा भी सच्ची तौबा हो कि निदामत से शर्मसार हो जाएँ गोया

एक बार गुनाह हो जाता है सौ बार नदामत होती है

यक़ीन जानिये सच्ची तौबा पर अल्लाह पाक तमाम गुनाह माफ़ कर देता है क्योंकि वह बहुत ही मेहरबान और गुनाह माफ़ करने वाला है चुनाचे उम्मुल मोमिनीन हज़रत आयशा सिद्दीक़ा रज़िअल्लाहु तआला अनहा ने जब हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम से पूछा कि शबे क़द्र पा लेने की हालत में अल्लाह से क्या माँगें तो आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया।

"ऐ आयशा! कहो ऐ अल्लाह तू करीम है, गुनाहों को माफ़ करना तुझे पसन्द है तो मेरे गुनाहों को माफ़ कर दे"।

तौबा कौन सी मक़बूल है

अल्लाह पाक कुरआन मजीद की सूरह निसा, आयत १७-१८ में फ़रमाते हैं कि

"हाँ यह जान लो कि अल्लाह पर तौबा की कुबूलियत का हक़ उन्हीं लोगों के लिये है जो नादानी की वजह से कोई बुरा काम कर गुज़रते हैं और उस के बाद जल्द ही तौबा कर लेते हैं ऐसे लोगों पर अल्लाह अपनी नज़रे इनायत से फिर मुतवज्जेह होता है और अल्लाह सारी बातों की ख़बर रखने वाला और हकीम व दाना है"।

मगर

तौबा उन लोगों के लिये नहीं है जो बुरे काम किये जाते हैं यहाँ तककि जब उन में से किसी की मौत का वक़्त आ जाता है तो उस वक़्त कहता है कि अब मैंने तौबा की और

इसी तरह तौबा उन के लिये भी नहीं है जो मरते दम तक काफ़िर रहें ऐसे लोगों के लिये हम ने दर्दनाक अज़ाब तैयार कर रखा है।

साहिबे तफ़हीमुल कुरआन सफ़हा 333 जिल्द अव्वल में लिखते हैं कि

तौबा के मतलब पलटने और रुजूअ करने के हैं। गुनाह करने के बाद बन्दे का ख़ुदा से तौबा करना यह मतलब रखता है कि एक गुलाम अपने आक़ा का नाफ़रमान बन कर उस से मुंह फेर गया था। अब अपने किये पर पशेमान है और अताअत व फ़रमाबरदारी की तरफ़ पलट आया है और ख़ुदा की तरफ़ से बन्दे पर तौबा यह मतलब रखती है कि गुलाम की तरफ़ से मालिक की नज़रे इनायत जो फिर गई थी नये सिरे से उस की तरफ़ फिर पलट आई अल्लाह तआला इस आयत में फ़रमाते हैं कि-

"मेरे यहाँ माफ़ी सिर्फ़ उन बन्दों के लिये है जो जान बूझ कर नहीं बल्कि नादानी की वजह से ग़लती करते हैं और जब आँखों

पर से जिहालत का पर्दा हटता है तो शर्मिन्दा होकर अपनी ग़लती की माफ़ी माँग लेते हैं, ऐसे बन्दे जब भी अपनी ग़लती पर शर्मिन्दा होकर अपने आक़ा की तरफ़ पलटेंगे तो उस का दरवाज़-ए-रहमत खुला पाएँगे।

ईं दर गह मादर कि नौमीदी नीस्त
सद बार अगर तौबा शिकनी बाज़ आ

"हमारी दरगाह नाउम्मीदी की जगह नहीं है अगर तू सौ बार भी तौबा तोड़ चुका है तो हमारी तरफ़ पलट आ"

मगर तौबा उन लोगों के लिये नहीं है जो अपने ख़ुदा से बेख़ौफ़ और बेपरवाह हो कर तमाम उम्र गुनाह पर गुनाह किये चले जाएँ और फिर ठीक उस वक़्त जब मौत का फ़िरिश्ता सामने खड़ा हो माफ़ी माँगने लगें। इस मज़मून को नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने इन अलफ़ाज़ में बयान फ़रमाया है।

اِنَّ اللّٰهَ يَقْبَلُ تَوْبَةَ الْعَبْدِ مَالَمْ يُغَرْغِرْ

"इन्नल्लाहा यक़बिलु तौबतल अब्दि मालम युग़रग़र"

अल्लाह बन्दे की तौबा उस वक़्त तक कुबूल करता है जब तक कि मौत की निशानियाँ शुरू न हों। क्योंकि इमतिहान की मुहलत जब पूरी हो गई और ज़िन्दगी की किताब ख़त्म हो गई तो अब पलटने का कौन सा मौक़ा है इसी तरह जब कोई शख़्स कुफ़्र की हालत में दुनिया से रुख़सत हो जाये और दूसरी ज़िन्दगी की सरहद में दाख़िल होकर अपनी आँखों से देख ले कि मुआमला उस का उल्टा है जो वह दुनिया में समझता रहा तो उस वक़्त माफ़ी माँगने का कोई मौक़ा नहीं।

अपने रब की तरफ़ पलटना क्यों ज़रूरी है

अल्लाह पाक ने सूरह ज़ुमर की आयात 52-61 में फ़रमाया है।

पलट आओ अपने रब की तरफ़ और मुतीअ बन जाओ उस के इस से पहले कि तुम पर अज़ाब आ जाये और फिर कहीं से तुम्हें मदद न मिल सके और पैरवी करो अपने रब की भेजी हुई किताब के बेहतरीन सह पहलू की इस से पहले कि तुम पर अचानक अज़ाब आ जाये और तुम को ख़बर भी न हो कहीं ऐसा न हो कि बाद में कोई शख़्स कहे।

अफ़सोस मेरी इस कमी पर जो मैं अल्लाह की जनाब में करता रहा बल्कि मैं तो उल्टा मज़ाक़ उड़ाने वालों में शामिल था।

या कहे

"ऐ काश अल्लाह ने मुझे हिदायत बख़्शी होती तो मैं भी मुत्तक़ियों में से होता"।

या अज़ाब देख कर कहे

काश मुझे एक मौक़ा और मिल जाये तो मैं भी नेक काम करने वालों में शामिल हो जाऊँ और उस वक़्त उसे जवाब मिले कि-

क्यों नहीं मेरी आयतें तेरे पास आ चुकी थीं। फिर तूने उन्हें झुटलाया और तकब्बुर किया और तू काफ़िरों में से था।

आज जिन लोगों ने ख़ुदा पर झूट बाँधे हैं क़यामत के दिन तुम देखोगे कि उन के मुंह काले होंगे।

"क्या जहन्नम में घमंड करने वालों के लिये काफ़ी जगह नहीं है कि उस के बरअक्स जिन लोगों ने यहाँ तक़वा किया है उन के असबाब कामयाबी की वजह से अल्लाह उन को निजात देगा उन

को न कोई नुक़सान पहुंचेगा और न वह ग़मगीन होंगे।

आख़िरी बात

कभी फुरसत और तनहाई में अपने आप से मुख़ातब हो कर कहें

ऐ दिल अब थोड़ा सा वक़्त बाक़ी रह गया है क्या तू उसे भी ग़फ़लत में बरबाद करना चाहता है तेरी ज़िन्दगी का सरमाया ख़त्म होने को है अब तौबा कर ले ताकि तुझे हश्र के मैदान में शर्मिन्दा न होना पड़े क्या अब भी अपने रब की तरफ़ पलटने का वक़्त नहीं आया।

ज़िन्दगी में अगर ग़फ़लत हो जाये, गुनाह का दाग़ लग जाये, निदामत का तूफ़ान उठ खड़ा हो तो फिर उस गुनाह आलूद रास्ता को छोड़ कर नेक और सीधा रास्ता अपनाना चाहिये और अल्लाह की रहमत से मायूस होने की ज़रूरत नहीं है उस से माफ़ी माँग कर अपनी तमाम तवानाईयाँ नेकी की राह पर चलने में सर्फ़ कर दें।

अल्लाह बहुत मेहरबान है वह आप के इन्तिज़ार में है आप भी अल्लाह की मुहब्बत और इताअत की तरफ़ क़दम बढ़ाएँ अल्लाह आप को कामयाब करे।

शादी

जब आप की शादी हो जाएगी तो आप की ज़िन्दगी एक नये मोड़ पर आ जाएगी याद रखिये शादी के मुआमला में अपने माँ बाप की मर्ज़ी का पूरा-पूरा एहतराम करना ज़रूरी है क्योंकि वह अपने तजरबात और हमदर्दी की वजह से आप के लिये यक़ीनन अच्छा ही रिश्ता तलाश करेंगे और अगर आप ने अपनी मर्ज़ी को मुक़द्दम रखा तो किसी वक़्त भी आप नुक़सान उठा सकती हैं।

शादी ख़ुशियों से भरी ज़िन्दगी का आग़ाज़ है जहाँ आप को तरह-तरह के तजर्बे होंगे। अल्लाह तआला का फ़रमान है कि-

"देखो अल्लाह तआला का कितना बड़ा एहसान है कि उस ने तुम्हारा जोड़ा तुम्हारी ही नस्ल से पैदा किया ताकि तुम उस से सुकून हासिल हरो और दोनों में प्यार मुहब्बत डाल दिया, ताकि चैन से रहो"।

"तुम्हारी औरतें तुम्हारे लिये पोशाक हैं और तुम उन के लिये पोशाक हो"।

यानी जिस तरह बदन और पोशाक का बहुत क़रीबी और ज़रूरी तअल्लुक़ होता है उसी तरह मियाँ और बीवी का भी बहुत क़रीबी और ज़रूरी तअल्लुक़ होता है और जिस तरह इन्सान का पोशाक के बग़ैर गुज़ारा नहीं हो सकता उसी तरह मियाँ बीवी का भी एक दूसरे के बग़ैर गुज़ारा नहीं हो सकता और जिस तरह

पोशाक मौसम की सख़्ती को रोकती है उसी तरह मियाँ बीवी भी मुसीबतों में एक दूसरे के लिये ढाल और मददगार बन जाते हैं।

अज़ीज़ बच्चियो!

याद रखें। पोशाक (वस्त्र) इज़्ज़त व आबरू की मुहाफ़िज़ होती है जो उरयानी व बेहयाई से बचाती है। इसी तरह मियाँ बीवी भी एक दूसरे की इज़्ज़त और आबरू के मुहाफ़िज़ होते हैं जो एक दूसरे की उरयानी फहूहाशी और बदकारी व बेहयाई से बचाते हैं और लोगों की निगाहों में एक दूसरे को ज़लील नहीं होने देते और जिस तरह साफ़ और ख़ूबसूरत पोशाक से इन्सान को ख़ुशी हासिल होती है उसी तरह अच्छे मियाँ बीवी को एक दूसरे से फ़रहत और ख़ुशी मिलती है।

अल्लाह तआला का फ़रमान है-

“मैं ने मियाँ बीवी को इस लिये पैदा किया कि वह एक दूसरे से सुकून हासिल करें, इस लिये उन में मुहब्बत और रहमत भी पैदा कर दी”।

और अल्लाह तआला का यह भी फ़रमान है कि-

“तुम औरतों के साथ अच्छा सुलूक करो अगर तुम ने उन्हें पसन्द नहीं किया तो हो सकता है कि तुम एक चीज़ को नापसन्द करो और अल्लाह तआला उस में बहुत सी बेहतरी रख दे” इस से साबित होता है कि औरतों के साथ मर्दों को सब्र व तहम्मुल और फ़राख़-दिली का सुलूक करना चाहिये।

निकाह सुन्नत है और उस का एलान किया जाना ज़रूरी है छुप कर चुपके से निकाह कर लेना जाइज़ नहीं है क्योंकि यह बदकारी की एक शक्ल है। और नाजाइज़ तअल्लुक़ात और

ज़िनाकारी पोशीदा और छुपे तौर से होते हैं इस लिये कोई शख़्स उन को ज़ाहिर नहीं करना चाहता। लेकिन निकाह चूंकि जाइज़ सूरत है इस लिये इस का ज़ाहिर किया जाना ज़रूरी है। निकाह के मौक़ा पर शौहर एक मख़सूस रक़म अपनी बीवी को अदा करता है या अदा करने का वादा करता है यह रक़म मह्र कहलाती है यानी मह्र एक क़िस्म का क़र्ज़ है जो शौहर के ज़िम्मा होता है जिस का अदा करना वाजिब होता है। शरीअत में मह्र की रक़म की कोई ख़ास हद मुक़र्रर नहीं है। यह दोनों तरफ़ से यानी दूल्हा और दुल्हन के वारिसों की मर्ज़ी से तैय किया जाता है, दुल्हन अगर चाहे तो यह मह्र माफ़ भी कर सकती है, मगर यह उस की अपनी मर्ज़ी पे मुनहसिर है इस लिये ज़बरदसती माफ़ नहीं कराया जा सकता। अगर दुल्हन मह्र माफ़ न करे और शौहर मह्र अदा न करे तो फिर निकाह जाइज़ नहीं रहता बल्कि ज़िना की सूरत इख़्तियार कर लेता है इस लिये अगर शौहर ख़ुशी से मह्र अदा कर दे या वादा करे तो ठीक है वरना ज़्यादा बिगाड़ से बचने के लिये मह्र माफ़ कर देना भी मुनासिब है।

दो हैसियतें

शादी के बाद आप की हैसियत अब दोशीज़ा की नहीं रहेगी बल्कि आप बीवी और बहू बन जाएँगी और अब ज़िम्मेदारियों का बोझ आप पर डाल दिया जाएगा। दोशीज़गी के ज़माना की आज़ादी ख़त्म हो जाएगी। मुख़तलिफ़ आरज़ुओं और उमंगों को कुचलना पड़ेगा और उन की जगह नई-नई ख़्वाहिशें सर उठाने लगेंगी। जिस तरह आप ने दोशीज़गी के आलम में अकसर अपने होने वाले शौहर के बारे में सोचा होगा और उसे पसन्द करने का एक मेयार भी चुन लिया होगा उसी तरह शौहर भी अपने ख़्वाबों की रानी के

बारे में बहुत कुछ सोचता होगा। अगर दोनों की सोच एक नुक़्ता पर जमा हो जाये तो ज़िन्दगी जन्नत की एक मिसाल हो जाएगी और अगर दोनों के सोच के धारे अलग अलग सिमतों में बहते रहें तो ज़िन्दगी अजीरन हो जाएगी ख़ुदा करे आप को इस सिलसिला में ख़ुशियाँ नसीब हों।

शादी के मुआमले में अपनी पसन्द पर ज़िद नहीं करनी चाहिये क्योंकि नातजर्बाकारी की वजह से हर चमकती चीज़ सोना दिखाई देने लगती है। अगर ख़ुदानाख़्वास्ता आप अपने माँ बाप की इज़्ज़त ख़ाक में मिला कर किसी लड़के से नाजाइज़ तअल्लुक़ात पैदा कर लें और वह आप से शादी भी कर ले तो जवानी का उबाल उतरने के बाद जब घर बार की ज़िम्मेदारी सर पर आन पड़ती है तो दोनों की असलियत ज़ाहिर होने लगती है इस से पहले दोनों एक दूसरे को अच्छे से अच्छा बन कर और एक दूसरे पर जान कुर्बान करने वाले बन कर दिखाई देने की कोशिश किया करते थे। और उन के ऐब और नुक़्स, पसन्द और नापसन्द, जज़्बात और रुजहानात छुपे रहते थे। इस लिसे एक दूसरे को चाहने के दावे किया करते थे और दोनों एक दूसरे को मिसाली इन्सान, मिसाली दूल्हा, मिसाली दुल्हन और नामवर आशिक़ समझते थे, मगर अब 24 घंटे के मिलाप से एक दूसरे की छुपी हुई बुराईयाँ, कमज़ोरियाँ और बेवक़ूफ़ियाँ ज़ाहिर होने लगती हैं और फिर दोनों में तू-तू मे-मे शुरू हो जाती है।

याद रखें

हर चमकने वाली चीज़ सोना नहीं होती और ख़्वाबों का हर शहज़ादा मिसाली शौहर नहीं होता। आप अख़बारों में हर रोज़

अग़वा, क़त्ल, तलाक़ और फ़ितने फ़साद की ख़बरें पढ़ती हैं। उन से सबक़ हासिल करें ताकि बाद में एक दूसरे की शक्ल से बेज़ार न होना पड़े। कोर्टशिप, सिविलमैरिज और लव-मैरिज अकसर तबाह करने वाले नताइज का सबब होते हैं क्योंकि पहले शैतान अपना रंगीन जाल फैला कर लड़के और लड़की को उस में फंसाता और फिर कोर्टशिप और लव-मैरिज के ख़ूबसूरत अलफ़ाज़ उन के कानों में डालता रहता है यहाँ तक कि वह उस में फंस कर बेबस हो जाते हैं और लड़की ख़ासतौर पर सारी उम्र इन हिमाक़तों की वजह से रोती रहती है जिन्हें उस ने "मुहब्बत" समझ कर किया था और जिन्हें लड़के ने सुनेहरे ख़्वाब दिखा कर लड़की के सामने पेश किया था।

बीवी की हैसियत से

हम ने नवजवानों के लिये एक किताब "नवजवानों की समस्याएँ और उन का हल" लिख कर उन्हें बुलूगत के ज़माने के अहवाल और शादीशुदा ज़िन्दगी के इसरार व रुमूज़ (राज़ की बातें) समझा दिये हैं। यह किताब मकतबा अल हसनात, 2241, कूचा चेलान, दरिया गंज, नई दिल्ली-2 से मिल सकती है। आप अपने शौहर को यह किताब पढ़ने के लिये कहें ताकि जो बातें हम यहाँ नहीं लिख सकते वह आप के शौहर उस से मालूम कर के खुद भी फ़ायदा उठाएँ और आप की मालूमात में भी बढ़ोतरी करें।

अब हम नीचे कुरआन व हदीस के हवालों से यह बताना ज़रूरी समझते हैं कि अच्छी बीवी कौन सी होती है ताकि आप अपने अन्दर वह जौहर पैदा करें और इस तरह की बताई हुई ज़िन्दगी गुज़ारने का इरादा कर लें।

1. एक मोमिन बन्दे के लिये तक़्वा के बाद नेक बीवी से बेहतर कोई चीज़ नहीं और नेक बीवी की सिफ़ात (गुण) नीचे दिये जा रहे हैं-

1. जब उस को हुक्म दिया जाये तो उस को पूरा करे।

2. जब उस की तरफ़ देखे तो उस को खुश कर दे।

3. अगर कभी उस को क़सम दी जाये तो उस को पूरा करे।

4. अगर शौहर कहीं चला जाये तो शौहर के पीछे अपनी

इज़्ज़त और शौहर के माल की हिफ़ाज़त करे।

2. नेक बीवी जो ईमान की मददगार हो वह एक मुसलमान के लिये बेहतरीन माल है।

3. औरत में चार बातें तलाश की जाती हैं।

1. माल 2. नसब 3. ख़ूबसूरती 4. दीन

लेकिन ऐ मुख़ातिब तू तो सिर्फ़ दीनदार औरत से निकाह कर।

4. एक काली और निकम्मी मगर दीनदार औरत, ख़ूबसूरत मगर बद-दीन औरत से बेहतर है।

5. जिस औरत ने पाँचो वक़्त की नमाज़ पढ़ी। रमज़ान के रोज़े रखे और अपने नफ़्स की हिफ़ाज़त की। अपने शौहर की फ़रमाबरदारी करती रही तो यह औरत जन्नत के जिस दरवाज़े से चाहे जन्नत में दाख़िल हो जाये।

6. हज़रत आयशा सिद्दीक़ा रज़िअल्लाह तआला अनहा ने पूछा कि औरत पर सब से बड़ा हक़ किस का है? फ़रमाया शौहर का। फिर पूछा मर्द पर सब से बड़ा हक़ किस का है? फ़रमाया अपनी माँ का।

7. जो औरत अपने शौहर से मुहब्बत करती है वह जन्नत में दाख़िल होगी।

8. शौहर के नाराज़ होने पर जो औरत शौहर से कहती है जब तक तू राज़ी न होगा मैं न सोऊँगी। यह मेरा हाथ तेरे हाथ में है वह जन्नत में दाख़िल होगी।

9. जब औरत अपने शौहर की इजाज़त से उस के माल में से ख़ैरात (दान) करती है तो औरत को ख़ैरात करने का बदला मिलता है और शौहर को कमाने का सवाब मिलता है और मुलाज़िम को

उठा कर देने का सवाब मिलता है।

10. सब से बदतर ख़ुदा के नज़दीक मर्तबा के एतबार से वह शख़्स है जो अपनी बीवी के पास जाता है और बीवी उस के पास आती है फिर दोनों एक दूसरे के भेद लोगों पर ज़ाहिर करते हैं।

(यानी तनहाई की बातें और छुपे हुये राज़ दूसरे लोगों के सामने बयान करते हैं। कुछ मर्द भी ऐसा करते हैं और कुछ औरतों को भी यह आदत होती है यह अपनी खुद अपनी बेइज़्ज़ती कराने के बराबर है।)

11. दुनिया की चीज़ों में सब से अच्छी चीज़ नेक बीवी है।

सलीक़ा शिआरी औरत का हुस्न है जिस की बदौलत वह अपने शौहर का दिल जीत लेती है। साफ़ सुथरा रहना, वक़्त पर सोना, जागना, घर में सफ़ाई रखना, हर चीज़ को क़रीने से सजाना। अपने शौहर के जज़्बात का ख़याल रखना उस की ज़रूरतों को पूरा करना, उस की छोटी मोटी रंजिश से बददिल न होना, उस के दुख और ग़म को मिटाने के लिये मुनासिब मशवरा देना, बात चीत करना और हमदर्दी का इज़्हार करना, उस का हौसला बढ़ाना, माली मुश्किलात दूर करने में उस की मदद करना, किफ़ायत शिआरी से काम लेना उस की पसन्द और नापसन्द का ख़याल रखना। जिन लोगों को वह नापसन्द करे उन से दूर रहना। उस की ग़ीबत से बचना, उस के सामने दूसरी औरतों का ज़िक्र न करना, हर हाल में उस का भला चाहना, उस के माँ बाप की इज़्ज़त और फ़रमाबरदारी करना, बिला वजह शिकवा शिकायत से बचना। हर वक़्त अपने मैके जाने की बातें न करना। तंगदसती पर भी नाशुक्री न करना वग़ैरा वग़ैरा ऐसी बातें हैं जो आप के मुसतक़बिल को रौशन कर सकती हैं। और आप अपने शौहर के

घर में रानी बन कर रह सकती हैं। आप की ज़रा सी ग़लती, बदज़ुबानी, बदगुमानी और कोताहअंदेशी आप का बना बनाया घर बिगाड़ सकती है इस लिये एहतियात से काम लें।

अल्लाह पाक ने मियाँ बीवी का जोड़ा बनाने की ग़र्ज़ व ग़ायत औलाद पैदा करने के अलावा यह बताई है कि दोनों एक दूसरे से सुकून हासिल करें। तो ख़ुशनसीब है वह जोड़ा जो एक दूसरे से सुकून हासिल करे। शौहर अगर दिन भर का थका हारा घर में दाख़िल हो और उसे बीवी का मुसकुराता चेहरा नज़र आ जाये तो उस की दिन भर की थकान दूर हो जाती है। लेकिन अगर बीवी की बिसोरती सूरत देखने को मिले और तेवरी चढ़ी हुई नज़र आये तो जल भुन कर रह जाएगा, और ख़ुशी का ख़ात्मा हो जाएगा। अगर बीवी को घर में तकलीफ़ या अज़ियत पहुंचती है तो उस का फ़र्ज़ है कि वह शौहर के घर में दाख़िल होते ही न तो अपनी सूरत बिगाड़ कर दिखाये न तुरन्त गिले शिक्वे और लड़ाई झगड़े की बात करे बल्कि शौहर के सुसताने के बाद मुनासिब मौक़ा पर ऐसी बातें बताये ताकि उस की कुव्वते बरदाश्त पर बोझ न पड़े। अक़्लमंद बीवी शौहर के मूड (Mood) का ख़ास ख़याल रखती है और समझदार बीवियाँ दुख दर्द में भी घर के माहौल को ख़राब और उदास नहीं होने देतीं। शौहर जब सुबह के वक़्त घर से अपने कारोबार पर रवाना होने लगे तो बीवी को चाहिये कि दो मीठे बोल, कोई दिललगी की बात या हौसलाअफ़ज़ाई के दो कलमात कह दे ताकि यह बातें शौहर को सारा दिन हर मुश्किल का सामना करने में मदद दें, चुनाचे मसल मशहूर है कि अगर कोई आदमी कारोबार के दौरान या मुलाज़मत किसी से लड़ना झगड़ना शुरू कर दे तो लोग कहते हैं कि आज यह अपनी बीवी से लड़ कर आया है, इसे

न छेड़ो यानी शौहर के मूड से लोग बीवी के रवय्या का अंदाज़ा कर लेते हैं।

हमारे समाज में यह एक दसतूर सा बन गया है कि सास को बड़े भयानक रूप में दिखाया जाता है और नवजवान बच्चियों को बिला वजह डराते रहते हैं कि सास बड़ी ज़ालिम होती है हो सकता है ऐसी सास से भी वास्ता पड़ जाये जो वाक़ई ज़ालिम हो लेकिन आमतौर पर सास के ख़िलाफ़ ग़लत बातें कही जाती हैं और उस की वजह सिर्फ़ ग़लतफ़हमियाँ होती हैं, जिन्हें थोड़ी सी बरदाश्त और ग़ौर व फ़िक्र से दूर किया जा सकता है।

सास बहू और घरेलू झगड़े

आमतौर पर सास और बहू के झगड़े की बुनियाद इक़तिदार की ख़्वाहिश होती है सास चाहती है कि मेरा हुक्म चले और बहू चाहती है कि उस की अहमियत को महसूस किया जाये और उस की बात मानी जाये इस लिये नातजर्बाकारी और नापुख़्तगी की वजह से कुछ ग़लतियाँ भी हो जाती हैं। सास-बहू की इस जंग में हर रोज़ लड़ाई-झगड़े का सिलसिला जारी रहता है और बेटे की पोज़ीशन बहुत नाज़ुक हो जाती है कभी तो माँ उसे डाँटती है कि तूने बीवी को सर चढ़ा रखा है और कभी बीवी रोती है कि तुम्हारी माँ ने मेरी ज़िन्दगी हराम कर रखी है। इस तरह लड़का उलझन में पड़ जाता है कि किस का साथ दे। अगर सब्र करता है और ग़ैर जानिबदार रहता है तो झगड़ा और बढ़ता है और अगर किसी को कुछ कहता है तो वह नाराज़ हो जाती है माँ को कुछ कहे तो वह बद-दुआएँ देने लगती है। बीवी को कुछ कहे तो वह रूठ जाती है और जवानी में बीवी की नाराज़ी को बरदाश्त करना भी मुश्किल हो जाता है इस तरह रोज़-रोज़ के झगड़ों से तंग आकर लड़का या तो

सब से नफ़रत करने लगता है या घर-बार छोड़ कर भाग जाता है या टीबी का मरीज़ हो जाता है या बीवी को लेकर अलग हो जाता है और माँ बाप से तअल्लुक़ तोड़ लेता है या मायूस उदास और परेशान रह-रह कर एहसासे कमतरी का मरीज़ हो जाता है और घर का सारा सुकून और इन्तिज़ाम बरबाद हो जाता है यहाँ तक कि घर जन्नत के बजाये जहन्नम बन जाता है फिर माँ भी रोती है कि मेरा बेटा बरबाद हो गया और बीवी भी सर पीटती है कि मेरा शौहर तबाह हो गया। सच पूछिये तो आप की अक़्लमंदी शराफ़त फ़रमाबरदारी और दानिशमंदी के इमतिहान का यही सही वक़्त है अगर आप ऐसे नाज़ुक लमहात से भलाई के साथ गुज़र गईं और आप ने दोनों को राज़ी रखा तो वास्तव में आप कामयाब व कामरान होंगी और ख़ुशी व मसर्रत आप के क़दम चूमेगी। ऐसे मुआमलात सिर्फ़ आप की सूझ बूझ तहम्मुल बरदाश्त दरगुज़र मीठे बोल हमदर्दी और एहसासे मुसतक़बिल की बदौलत ठीक हो जाते हैं यह ऐसे मुआमलात नहीं हैं कि हल न हो सकें ऐसे झगड़ों के हल के लिये कुछ लो और कुछ दो का उसूल बड़ा मुफ़ीद साबित हो सकता है क्योंकि सास तो माँ का दर्जा रखती है वह अपने बेटे की भलाई में राज़ी होती है उसे तबाह होते नहीं देख सकती। अपनी माँ की तरह सास की ख़िदमत करना ऐन सआदत है वह आप की बुज़ुर्ग हैं और बुज़ूर्गों की इज़्ज़त करना उन का हुक्म मानना और उन्हें ख़ुश रखना आप के लिय दीन और दुनिया दोनों में कामयाबी और ख़ुशी का बाइस है इस लिये हटधर्मी ज़िद और गुसताख़ी व नाफ़रमानी से काम लेने की ज़रूरत नहीं है अगर आप ख़ुशदिली, बुर्दबारी और सब्र व तहम्मुल से काम लेकर ऐसे झगड़ों को सुलझाने की कोशिश करेंगी तो अल्लाह पाक आप की मदद करेगा और आप

को कामयाबी और ख़ुशनसीबी हासिल होगी।

एक बात और ग़ौर के क़ाबिल है कि शादी के कुछ दिनों के बाद तक तो मियाँ बीवी में जज़्बाती मुहब्बत का दौर चलता रहता है इस लिये एक दूसरे की कोताहियों को नज़रअंदाज़ कर दिया जाता है मगर जब यह जोश ज़रा ठंडा होता है तो अकसर बदगुमानियाँ पैदा होने लगती हैं अगर बीवी से कोई ग़लती हो गई और मियाँ ने डाँट दिया तो बीवी ने अपनी ग़लती की तरफ़ ध्यान न दिया बल्कि यह फ़र्ज़ कर लिया कि अब मियाँ में वह मुहब्बत और गर्मजोशी नहीं रही और मियाँ ने फ़र्ज़ कर लिया कि बीवी में अब पहले जैसी उलफ़त व बेताबी नहीं रही हालाँकि यह सिर्फ़ बदगुमानियाँ ही बदगुमानियाँ हैं जिन को अगर दूर न किया जाये तो मुआमला ख़राब हो सकता है क्योंकि मुहब्बत और शक में चोली दामन का साथ है इस लिये शुरूआत में एक दूसरे की हद से बढ़ी हुई तारीफ़ें न करें और न हर घड़ी अपनी मुहब्बत और बेताबी का इज़हार करें।

घरेलू झगड़ों की वजह और उन का इलाज

जैसा कि हम गुज़रे हुये सफ़हात में बयान कर चुके हैं कि घरेलू झगड़ों की तीन बुनियादी वजहें होती हैं।

1. इक़तिदार की जंग (सास चाहती है कि घर में मेरा हुक्म चले और बहू चाहती है कि मेरी बात मानी जाये)।

2. पसन्द व नापसन्द का मुआमला। (हर कोई चाहता है कि उस की पसन्द को कुबूल किया जाये और दूसरे की पसन्द को अहमियत न दी जाये)।

3. ग़लत फ़हमियाँ (जिन्हें दूर करने की सनजीदा कोशिश करने की बजाये उन पर ज़िद की जाती है)

ऊपर ज़िक्र की गईं वुजूहात के अलावा जो बातें आमतौर पर घरेलू झगड़ों का बाइस बन जाती हैं नीचे हम उन पर रौशनी डालेंगे।

अगर बहू अपनी तमाम सलाहियतों को घरेलू माहौल सुधारने में लगाये तो कोई वजह नहीं कि घर में अम्न व सुकून की नहरें न बह निकलें। लेकिन आमतौर पर दुल्हनें अपनी तमाम सलाहियतों को उस तरफ़ लगाने के बजाये ग़ैर अहम बातों में लगा देती हैं।

अल्लाह का फ़रमान याद रखें!

तर्जुमाः- अल्लाह से डरो और आपस में सुलह क़ायम करो।

(अनफ़ाल)

1. सब इन्सानों की तबीअतें एक जैसी नहीं होतीं इस लिये सब एक बात पर मुत्तफ़िक़ नहीं हो सकते। इसी तरह एक अच्छी चीज़ किसी के लिये फ़ायदेमंद और किसी के लिये नुक़सानदेह बन जाती है और यूँ इख़्तिलाफ़ पैदा होते हैं। अकसर लोग (मर्द और औरत दोनों ही) किसी नागवार या नापसन्दीदा बात को होते देख कर अपने जज़बात पर क़ाबू पाने की सलाहियत नहीं रखते इस लिये अगर ज़रा सी ख़ुशी की बात हुई तो शोर मचा दिया और अगर कुछ नागवार गुज़रा तो मुंह फुला कर बैठ गये इस लिये अगर ज़ब्त और दरगुज़र से काम न लिया जाये तो फिर झगड़ा ज़रूर होगा।

2. बच्चे आपस में लड़ते ही रहते हैं वह नासमझ होते हैं भाई भाई लड़ते हैं। इस लिये अगर घर में बच्चे एक दूसरे से लड़ पड़ें तो उन की ख़ातिर समझदार और बालिग़ लोगों को आपस में नहीं लड़ना चाहिये क्योंकि बच्चे तो इधर लड़े उधर फिर दोस्त बन कर खेलने लगे जैसे कभी लड़ाई हुई ही नहीं थी। लेकिन बड़े अगर एक बार लड़ गये तो फिर उन का मिलना बहुत मुश्किल बात है। इस लिये बच्चों की लड़ाई को इतनी अहमियत नहीं देनी चाहिये कि बात बड़ों की लड़ाई तक पहुंच जाये। बच्चे अगर लड़ पड़ें तो उन्हें ग़ैरत दिलाई जाये कि "वाह भई वाह इतने अच्छे होकर तुम लड़ रहे हो। लोग कहेंगे पप्पू बड़ा नालायक़ है नहीं नहीं मेरा बेटा तो बहुत नेक है यह क्यों लड़ेगा" या कहिए बेटी देखो कितनी बुरी बात है कि तुम अपनी सहेली से लड़ती हो। देखो तो वह बेचारी तुम्हारे साथ

खेलने आई है और तुम उस के साथ मुहब्बत से खेलने की बजाये मार पीट करती हो तौबा-तौबा इस तरह बच्चे लड़ने से दूर रहेंगे।

3. बड़ों में से अगर एक से रंजिश हो जाये तो उस का असर पूरे ख़ानदान पर पड़ता है। उस के दूसरे मिलने जुलने वाले भी बुरे लगते हैं और दूसरों से नफ़रत होने लगती है हालाँकि उन का कोई कुसूर नहीं होता। अगर कभी किसी से कोई ग़लती हो गई तो बस वह शख़्स नज़र में खटकने लगा और उस की अच्छी आदतें और बातें भी अपनी अहमियत खो बैठती हैं। वह भी अच्छी नहीं लगतीं।

4. बदगुमानियाँ सब से ज़्यादा तबाह करने वाली हैं। पहली बात तो यह है कि औरतें जब इकट्ठी होती हैं तो आमतौर से दूसरों की ग़ीबत शुरू कर देती हैं या अपनी सास और अपने शौहरों की बदगोई का तज़करा करती हैं। इस तरह बात दूसरों तक पहुंचती और ख़राबी का बाइस बन जाती है। फिर एक दूसरे के ख़िलाफ़ बदगुमानियाँ शुरू हो जाती हैं। ज़रा किसी से रंजिश हुई या किसी ने रसमन उसे कोई बात कह दी तो दूर खड़ी दूसरी औरत यह समझेगी कि बस मेरे ख़िलाफ़ बातें हो रही हैं इस तरह उस के दिल में बिलावजह बदगुमानियाँ पैदा हो जाएँगी हालाँकि वह उस का ज़िक्र ही नहीं करतीं।

5. लेन-देन में बद-मुआमलगी देर या हेरफेर बड़े-बड़े इख़्तिलाफ़ को जन्म देती है और फिर संगीन रंजिशें पैदा हो जाती हैं।

6. सुसराल और मैके वालों पर एक दूसरे के मेहमान भी कभी-कभी नागवार गुज़रते हैं और उन पर किया हुआ ख़र्च तकरार का बाइस बन जाता है।

7. जहेज़ की कमी व बेशी पर दोनों फ़रीक़ों में अकसर रंजिशें पैदा हो जाती हैं। हालाँकि मैके वाले तो अपनी बेटी को दे रहे हैं। सुसराल वालों का कोई क़र्ज़ तो नहीं था जो उन्हें उतारना था फिर यह एतराज़ क्यों? कि फुलाँ-फुलाँ चीज़ न दी। यह सिर्फ़ दुनिया का लालच है और उस पर ऐसा बिगाड़ पैदा होता है कि सुसराल में दुल्हन को बिलावजह तरह-तरह के तअने सुनने पड़ते हैं और वह बेचारी बेकुसूर ही निशाना बन जाती है।

शादी बियाह के मौक़ा पर तो अकसर समधियानों में सारी उम्र के तअल्लुक़ात ख़त्म हो जाते हैं दुल्हन अलग तकलीफ़ें सहती है सास का कलेजा अलग फुनका रहता है अल्लाह की पनाह न पूछिये क्या आलम होता है और यह सब कुछ किस वजह से होता है? कोई रस्म अधूरी रह गई या मर्ज़ी के मुताबिक़ न हुई, दूल्हा को घड़ी नहीं मिली, दुल्हन को जहेज़ नहीं, बारातियों को मुर्ग़ पुलाव नहीं मिला और यह सब कुछ औरतों की कमज़ोरी है कि इस क़िस्म की बातों को बिलावजह अहमियत देती हैं और उन का ज़िक्र कर के माहौल को ख़राब करती हैं। हालाँकि ग़ीबत जो उन्हें बहुत पसन्द है ऐसी बुराई है कि हज़रत आयशा सिद्दीक़ा रज़िअल्लाह अनहा फ़रमाती हैं कि मैं ने रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम से अर्ज़ किया-

"या रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम बस सफ़िय्या (हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की पाक बीवी) तो इतनी हैं (यानी ठिगनी) हैं)"

आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया-

"ऐ आयशा तुम ने ऐसी बात कह दी कि अगर उसे समुन्द्र में

मिलाया जाये तो उस का पानी तल्ख़ हो जाये फिर मैं ने किसी की हिकायत बयान की तो आप (सल्ल॰) ने फ़रमाया कि किसी की हिकायत बयान न करो। अगरचे उस के बदले में इतना और इतना मिले (यानी माल)"

अज़ीज़ बच्चियो! इस पर ग़ौर कीजिये कि ग़ीबत कितनी बड़ी बुराई है लेकिन औरतें जहाँ उठती बैठती हैं बस किसी न किसी की ग़ीबत शुरू कर देती हैं। उन के नज़दीक दीन की बातें या घरेलू बातें कोई हैसियत नहीं रखतीं बस अगर बातें करनी ही हैं तो फिर ग़ीबत और चुग़ली ही हो। यह तबाह करने वाली आदत है इसे तुरन्त छोड़ देना चाहिये असल में इस गुनाह में हम सब फंसे हुये हैं क्योंकि दूसरों की बातें हम शौक़ से सुनते हैं और उस से ख़ुशी महसूस करते हैं। हक़ीक़त यह है कि ग़ीबत से कभी कोई फ़लाह की सूरत पैदा नहीं हुई बल्कि औरतों का ज़्यादा बातूनी होना उन्हें ग़ीबत करने पर मजबूर करता है और वह अपने मुर्दा भाई का गोश्त खाती हैं यानी ग़ीबत करती हैं रंजिशें दूर करने के लिये सोचिये कि कहीं अपने एहसासे इज़्ज़त या ज़िल्लत की वजह से तो ऐसा नहीं कर रही हैं कहीं आप को बदगुमानी तो नहीं हो गई है। याद रखिये ग़ीबत ज़िना से भी बड़ा जुर्म है। क्योंकि ज़िना के बाद शर्मिन्दगी पैदा होती है लेकिन ग़ीबत करने के बाद ऐसा नहीं होता बल्कि इन्सान समझता है कि मैं ने कोई गुनाह ही नहीं किया बस रिवाजी बातें की हैं जब आप ठंडे दिल व दिमाग़ से ग़ीबत की बुराईयों पर ग़ौर करेंगी तो आप को मालूम होगा कि तमाम फ़ितना व फ़साद और झगड़ों की बुनियाद ग़ीबत ही है अल्लाह पाक इस बुराई से सब को बचाये।

8. बचपन की उम्र से गुज़र कर जब आप जवान हो जाती हैं

तो आप का जज़्बा खुदनुमाई बढ़ जाता है और आप के अन्दर यह ख़्वाहिश करवटें लेने लगती है कि लोग आप की अहमियत को तसलीम करें और आप के मश्वरों को कुबूल करें। लेकिन ऐसा नहीं होता क्योंकि सुसराल और मैके वाले दोनों ही सिर्फ़ आप को एक लड़की ही समझते हैं और समझते हैं कि आप अभी नातजर्बाकार और नापुख़्ता अक़्ल हैं इस लिये आप की कौन सुने। बस जब आप को यह मालूम होता है कि लोग आप को अहमियत नहीं देते तो आप से अपनी यह तौहीन बरदाश्त नहीं होती। इस तरह दूसरों की तरफ़ से आप के दिल में नफ़रत सी पैदा हो जाती है और आप बद-दिल होकर एहसासे कमतरी में मुबतला हो जाती हैं।

लेकिन अगर आप सब्र व तहम्मुल और बुर्दबारी से काम लें और अपना काम जारी रखें और जब दो-चार बार आप की बात क़ाबिले कुबूल साबित हो जाएगी तो फिर खुद बखुद घर वाले आप को अहमियत देंगे अगरचे ज़ब्त व तहम्मुल इस उम्र में कम ही होता है क्योंकि यह तो तूफ़ानों का ज़माना है लेकिन अगर आप अपनी बात मनवाने पर इसरार करेंगी तो आप की ज़िन्दगी अजीरन हो जाएगी और मुम्किन है कि आप का मुसतक़बिल भयानक हो कर रह जाएगा।

9. सुसराल वाले अगर आप को किसी बात पर टोकते हैं तो यक़ीन जानिये उन के दिल में आप के लिये हमदर्दी होती है जब ही तो आप को ग़लत काम होने की वजह से टोकते हैं वह तो आप की इसलाह करना चाहते हैं और आप को बुरा लगता है इस तरह परेशानियाँ बढ़ती हैं और तअल्लुक़ात भी ख़राब होते हैं। आप सुसराल वालों के टोकने को हमदर्दी से सुनें उस पर अमल करें इस तरह मुआमला बिगड़ने की नौबत नहीं आएगी याद रखिये अगर

आप दूसरों के मश्वरों का एहतराम करेंगी तो दूसरे भी आप की राय को वज़न देंगे।

10. हसद, बुग्ज़ और दुश्मनी के जज़बे को बढ़ने से रोकें एक दूसरे पर फबतियाँ कसना, चोटें करना, मज़ाक़ उड़ाना और एक दूसरे को नक्कू बनाना गोया एक दूसरे को ज़लील और कमतर साबित करना है, और जब आप यह हरकत करेंगी तो दूसरा इस से बढ़ कर ऐसा करेगा और फिर आप को नाक़ाबिले बरदाश्त हालात से गुज़रना पड़ेगा इस लिये मुसतक़िल मिज़ाजी से काम लें और इस क़िस्म के छिछोरापन से बचें इस बारे में यह हदीस शरीफ़ हमेशा याद रखें:

☆ आपस में रिश्तों को न तोड़ो।

☆ आपस में गुस्सा न करो।

☆ आपस में हसद व बुग्ज़ से काम न लो।

☆ आपस में मुक़ाबला न करो।

☆ और अल्लाह के बन्दे भाई-भाई बन जाओ।

☆ अच्छे पड़ोसी नेमत और अगर आप ख़ुद अच्छे पड़ोसी बन कर दिखाएँ तो इन्शाअल्लाह आप का पड़ोसी भी अच्छे किरदार का सुबूत देगा। पड़ोसी से लड़ाई झगड़ा बहुत बड़ी लानत है जिस की आग में जलना बहुत मुसीबत है। हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि-

"अगर तेरे पड़ोसी तुझे अच्छा कहते हैं तो तू वास्तव में अच्छा है और अगर पड़ोसी की राय तेरे बारे में ख़राब है तो तू बुरा आदमी है।"

पड़ोसी एक दूसरे से चीज़ें माँग कर काम चलाते रहते हैं इस लिये इस सिलसिला में बख़ीली से काम न लें बद-गुमानी से बचें और दूसरों से ली हुई चीज़ों को एहतियात से इस्तेमाल करें ताकि एतराज़ का मौका न मिले। आज कल बद-एहतियाती और ख़यानत इतनी बढ़ गई है कि उसे कोई बुरी बात ही नहीं समझता हालाँकि पड़ोसियों से तअल्लुकात ख़राब करने में उन का पहला नम्बर है अगर पड़ोसी खुशहाल हो तो आमतौर पर उस से हसद किया जाता है और दूसरे ग़रीब पड़ोसियों को ज़लील समझा जाता है यह दोनों बातें ग़लत हैं नसीब अपना अपना है और हुकूकुल इबाद का तक़ाज़ा है कि हम अपने पड़ोसी को हक़ीर न जानें चाहे वह कैसा ही हो जब हमारा यह बरताव होगा तो हमारे पड़ोसी भी बद-दिल न होंगे बल्कि उन के खुलूस और मुहब्बत में बढ़ोतरी होगी और वह हमारे दुख सुख के साथी बन जाएँगे।

अल्लाह तआला का फ़रमान है कि

"क़रीब और दूर के पड़ोसियों के साथ भलाई करो" और हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि

"जब कुछ पकाओ तो उस में पड़ोसी का भी ख़याल रखो। पड़ोसन अपनी पड़ोसन के लिये किसी तोहफ़ा को हक़ीर न समझे पड़ोसी को तकलीफ़ न दे भली बात कहे वर्ना चुप रहे। अल्लाह के यहाँ पड़ोसी बेहतर हैं जो अपने पड़ोसी के लिये बेहतर है"।

12. लड़की का असली घर तो सुसराल का घर है जहाँ उसे ज़िन्दगी गुज़ारनी होती है इस लिये उसे अपना घर समझें और अपने घर में सुकून पैदा करने और खुशी फैलाने की कोशिश करें

ताकि आप ख़ुद भी ख़ुश रहें और घर वाले भी ख़ुश हों।

13. ऐसा माहौल पैदा करें कि सुसराल वाले यह न कह सकें कि बहू ने आकर लड़के का दिल फेर दिया है। आप ख़ुद अपने शौहर को अपने माँ बाप की ख़िदमत और ख़ुशनूदी के लिये अमलन काम करने की तरफ़ तवज्जोह दिलाती रहें और आप का शौहर दोनों ही घर वालों को नज़रअंदाज़ न करें बल्कि उन की हैसियत, मर्तबा और वक़ार का ख़याल रखें।

14. ख़र्च की तंगी की वजह से अकसर घर में झगड़े पैदा हो जाते हैं और बरदाश्त की कुव्वत भी जवाब दे जाती है शौहर बद-मिज़ाज हो जाता है ऐसी सूरत में ज़रूरियात को कम करें ख़र्च पर कंट्रोल करें याद रखिये हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि-

"इब्ने आदम के लिये तीन चीज़ों के सिवा कुछ हक़ नहीं है रहने के लिये घर, बदन ढाँकने के लिये कपड़ा, खाने के लिये रोटी और पानी"

यह इब्तिदाई ज़रूरियात अगर पूरी होती रहें तो ग़नीमत है अगर रिज़्क़ की ज़्यादती हो तो फिर जितना चाहें ख़र्च करें और अगर रिज़्क़ की तंगी हो तो सोच समझ कर ख़र्च करें और सिर्फ़ उन चीज़ों पर ख़र्च करें जिन के बग़ैर गुज़ारा नामुम्किन हो फ़ुज़ूलख़र्ची से बचें इस से शौहर को भी परेशानी नहीं होगी और सुसराल के घर वाले भी नाराज़ न होंगे याद रखिये हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है कि-

"मैं ने जन्नत का मुआयना किया तो देखा कि अकसर उस में फ़क़ीर हैं और दोज़ख़ को देखा कि उस में ज़्यादातर औरतें हैं" और उस की वजह फ़रमाई कि-

"तुम (औरतें) नाशुक्री बहुत करती हो, अगर कोई किसी औरत के साथ उम्र भर एहसान करे फिर ज़रा सी कमी उस से हो जाये तो वह औरत सारी उम्र के एहसानात और सुलूक पर पानी फेर देती है और कहती है कि आज तक तुम ने कोई भलाई नहीं की"। अपने सुसराल वालों की ग़ीबत और चुग़ली अपने शौहर से न करें वर्ना सख़्त फ़ितना व फ़साद फैल जाएगा।

15. निकम्मी और कम समझ दुल्हनें अकसर शिकवा किया करती हैं कि जब मैं बहू थी तो मुझे अच्छी सास न मिली और जब मैं सास बनी तो मुझे अच्छी बहू न मिली। लेकिन अपने किरदार का मुहासबा नहीं करतीं कि हम क्या कर रही हैं और हमारी ज़ुबान से निकली हुई बातें किस क़द्र ज़हर फैला रही हैं।

16. नौकरों के साथ फ़य्याज़ी हमदर्दी और मेहरबानी का सुलूक करें वरना उन से भी नुक़सान पहुंचने का अंदेशा है।

17. घरेलू मुआमलात में सब्र व इसतिक़लाल की ज़्यादा ज़रूरत होती है आप के बुज़ुर्ग आप के साथ ज़्यादती करते हैं तो आप का रवय्या भी वैसा ही न होना चाहिये बल्कि आप उन की ज़्यादतियों को बरदाश्त कर के अपनी ख़ामियों की तरफ़ ध्यान दें और उन का सुधार करें। औरत वैसे भी जज़्बाती होती है उस के लिये दूसरों की धाँदली का बरदाश्त करना आसान नहीं लेकिन अगर आप अच्छे अख़लाक़ की मालिक बनना चाहिती हैं तो आप को उस के लिये कोशिश करना पड़ेगी।

18. बदला लेने की आदत बिल्कुल ख़त्म कर दें वरना उस का भयानक अंजाम होगा।

19. मौक़ा महल को देख कर बात करें और उस के अच्छे

बुरे असरात को ज़ेहन में रखें।

20. माँ बाप सुसराल, शौहर औलाद और पड़ोसी वग़ैरा से अपने हुकूक़ हासिल करने के लिये आप अपने फ़राइज़ को भी याद रखें अगर आप सिर्फ़ हुकूक़ की बात करेंगी तो अंजाम अच्छा नहीं होगा लेकिन अगर आप अपने फ़राइज़ अच्छी तरह से अंजाम दे रही हैं तो आप के हुकूक़ कोई भी बरबाद नहीं कर सकता बल्कि खुशदिली से आप के हुकूक़ आप को मिलते रहेंगे।

21. शुहरत व खुदपसंदी, फ़ुज़ूल ख़र्ची, बनावट और झूटे तकल्लुफ़ से परहेज़ करें क्योंकि यह चीज़ें आहिस्ता आहिस्ता ज़िन्दगी की खुशियों को घुन की तरह खा जाती हैं।

22. हर किसी की झूटी सच्ची बात पर एतबार न कर लिया करें। कानों का कच्चा कभी खुश नहीं रह सकता अल्लाह पाक आप को सब्र व बुर्दबारी और इसतक़ामत से नवाज़े।

शादी और हादसा

शादी सिर्फ़ ख़ुशियों का घर या फूलों की सेज नहीं उस में काँटे भी हैं और बीवी को उन मुश्किलों का सामना करने के लिये तैयार रहना चाहिये जैसा कि हम गुज़िश्ता बाब में बता चुके हैं कि कभी-कभी पसन्द नापसन्द और ग़लतफ़हमियाँ और बदगुमानियाँ ऐसी सूरत इख़्तियार कर जाती हैं कि मियाँ बीवी का निबाह मुश्किल हो जाता है ऐसी सूरत में अगर दोनों एक दूसरे से नफ़रत करें तो फिर हमेशा के लिये जुदाई हो सकती है और अगर एक प्यार करने वाला और दूसरा नफ़रत करने वाला हो तो तो फिर दोनों घरानों के बुज़ुर्गों को मिल बैठ कर उलझन का हल तलाश करना चाहिये।

मियाँ बीवी को एक दूसरे के हक़ का ख़याल रखना। एक दूसरे की इ़ज़्ज़त करना और सच्ची मुहब्बत से काम लेना, एक दूसरे पर भरोसा करना, आपस में एक दूसरे के मिज़ाज को समझना और दरगुज़र से काम लेना मुआमलात को सुधारने में बहुत कुछ कर सकता है फिर तनहाई में साफ़ कमरा, अच्छा बिसतर, खुशबूदार ख़ूबसूरत लिबास मीठी ज़ुबान• खुदसुपुर्दगी और कशिश पैदा करना औरत के लिये ज़रूरी हो जाता है ताकि शौहर उस की तरफ़ रग़बत करे और मुआमला बिगड़ने न पाये।

फिर भी अगर कोई झगड़ा हो जाये तो तलाक़ देने लेने से पहले माँ बाप और सुसराल की मअरफ़त मुआमला को निमटाना

चाहिये शायद मुआमला सुलझ जाये और उम्र भर पछताने की नौबत न आये। मर्द को समाज तलाक़ देने पर बुरा नहीं कहता। लेकिन औरत की ज़िन्दगी बरबाद हो जाती है और उस के बारे में यह बुरे ख़यालात पैदा हो जाते हैं कि यह बदकिरदार, फूहड़, नालायक़, झगड़ालू होगी और इस तरह के कई बुहतान लगाये जाते हैं। उस बेचारी की सादगी, मज़लूमियत और बेगुनाही की तरफ़ कोई ख़याल नहीं करता। ग़र्ज़ तलाक़ हासिल करने वाली औरत का मुसतक़बिल तारीक हो जाता है इस लिये अगर नौबत यहाँ तक पहुंचने का डर हो तो उसे सुधारने के लिये पूरी कोशिश करें। नर्मी से काम लें। सब्र और बुर्दबारी का मुज़ाहरा करें और अगर हालात सरासर आप के ख़िलाफ़ हों और तलाक़ लिये बग़ैर गुज़ारा न हो या शौहर तलाक़ देने का फ़ैसला ही कर चुका हो तो उस वार को बरदाश्त कर लें लेकिन अगर शौहर तलाक़ न देना चाहे बल्कि आप को परेशान करने में उसे मज़ा आए और ज़लील करने में ख़ुशी महसूस करे और उस के घर वाले भी उस साज़िश में शरीक हों तो फिर अदालत का दरवाज़ा खटखटाये क्योंकि उस के बग़ैर यह काम न बनेगा। औरत के इस तरह शौहर से मुसतक़िल जुदाई इख़्तियार करने को खुलअ लेना कहते हैं। इस में अदालत मुनासिब कारवाई के बाद निकाह को तोड़ने की इजाज़त दे देती है और इस मे औरत शौहर से महर वुसूल नहीं कर सकती हाँ अपना जहेज़ वापस ले सकती है और फिर इद्दत का ज़माना गुज़ारने के बाद निकाह कर सकती है इस सूरत में निकाह के तोड़ने के फ़ैसले की तारीख़ से लेकर तीन हैज़ गुज़रने तक का ज़माना इद्दत का ज़माना कहलाता है अगर औरत फिर उसी शौहर से शादी करना चाहे तो उसे पहले उस के अलावा किसी दूसरे मर्द से निकाह करना होगा और जब उस मर्द से तलाक़ हासिल करे तो फिर पहले शौहर से शादी कर सकती है वरना हर्गिज़ नहीं कर सकती। हम नीचे दर्ज करते हैं कि

मर्द के लिये तलाक़ देने का मुनासिब तरीक़ा क्या है।

अल्लाह तआला ने फ़रमाया कि-

जब मियाँ बीवी में नाचाक़ी हो कर हालात ख़राब हो जाएँ तो एक सालिस (पंच,तीसरा) मर्द की तरफ़ से और एक सालिस औरत की तरफ़ से मुक़र्रर किया जाये जो मिल जुल कर उस उलझन का हल तलाश करें और अगर उन की निय्यत साफ़ होगी तो अल्लाह तआला इसलाह की सूरत पैदा कर देगा।

याद रखिये! तलाक़ को अल्लाह तआला ने जाइज़ क़रार देने के साथ-साथ नापसन्द भी फ़रमाया है इस लिये जहाँ तक हो सके तलाक़ न दी जाये लेकिन अगर हालात ऐसे हो जाएँ कि बग़ैर तलाक़ दिये गुज़ारा ना हो तो फिर एक दूसरे को तंग करने, बुहतान लगाने, बदनाम करने और परेशान करने से बेहतर है कि तलाक़ दे दी जाये ताकि दोनों एक दूसरे से नजात हासिल कर के अपना अपना मुसतक़बिल दूसरी जगह तलाश करें।

तलाक़ देने का शरई और उमदा तरीक़ा यह है कि जब औरत हैज़ से पाक हो जाये तो उसे कह दिया जाये कि अगर फुलाँ-फुलाँ शिकायत तुम से दोबारा हुई या तुम ने फुलाँ-फुलाँ और ख़राब आदत को न छोड़ा तो तुम्हें एक तलाक़ हो जाएगी। फिर दूसरे हैज़ आने तक यानी एक महीने तक इन्तिज़ार करें। इस अरसा में औरत अपने शौहर के घर में रहेगी लेकिन शौहर उस से जिमा नहीं करेगा। अगर औरत समझदार होगी तो मुआमला की नज़ाकत और अपने मुसतक़बिल की फ़िक्र का ख़याल करते हुये हालात को सुधारने की कोशिश करेगी फिर अगर दूसरे हैज़ तक हालात सुधर जाएँ और शिकायत की कोई वजह बाक़ी न रहे तो ठीक है। दोनों आपस में मियाँ बीवी की हैसियत से रहेंगे लेकिन अगर हालात ख़राब ही रहें या ख़राबी और बढ़ जाये तो दूसरे हैज़ से फ़ारिग़

होने के बाद (जिसे अरबी में तुहर कहते हैं) औरत को वुजूहात और उस की कमज़ोरियाँ या ग़लतियाँ बता कर कह दें कि चूंकि तुम अभी तक नहीं सुधरी हो इस लिये तुम्हें दूसरी तलाक़ है उस के बाद तीसरे हैज़ तक अगर हालात सुधर जाएँ और औरत शिकायतों को दूर कर दे तो फिर निकाह दोबारा पढ़ा जाएगा और दोनों मियाँ बीवी रहेंगे। लेकिन अगर तीसरे हैज़ तक भी हालात न सुधरें तो तीसरी तलाक़ देकर (यानी यह कह कर कि तुम्हें तीसरी तलाक़ है) बीवी को शराफ़त और अख़लाक़ से हमेशा के लिये रुख़सत कर दें ताकि वह जहाँ चाहे जाये और निकाह करे और शौहर जिस से चाहे निकाह करे अब शौहर और उस की यह तलाक़ हासिल करने वाली बीवी उस वक़्त तक दोबारा निकाह नहीं कर सकते जब तक कि वह बीवी किसी और आदमी से निकाह न करे और वह उसे अपनी मर्ज़ी से तलाक़ न देदे इस क़िस्म की औरत को हलाला कहते हैं।

आमतौर पर नवजवान गुस्से की हालत में बग़ैर सोचे समझे बीवी को तुरन्त तलाक़ दे देते हैं मगर जब गुस्सा ठंडा हो जाता है तो फिर पछताते हैं लेकिन अब क्या हो सकता है इस लिये तलाक़ का इरादा करने से पहले बार-बार सोचिये और सुधारने की कोशिश करें। माँ बाप और सुसराल को सालिस बनाएँ लेकिन अगर फिर भी मुआमला न सुधरे तो रोज़-रोज़ के झगड़े फ़साद के बजाये हमेशा की जुदाई यानी तलाक़ ज़्यादा बेहतर है। यह बात भी याद रखिये कि एक ही बार तीन तलाक़ दे देने से हमेशा के लिये तलाक़ हो जाती है और दोनों मियाँ बीवी की हैसियत से इकट्ठे नहीं रह सकते लेकिन यह तरीक़ा मुनासिब नहीं है।

कुछ ज़रूरी बातें

हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि-

1. जो औरत बग़ैर शदीद ज़रूरत के अपने शौहर से तलाक़ माँगे उस पर जन्नत की ख़ुशबू हराम है।

2. जो औरत अपने शौहर से नाराज़ रहती है उस पर लानत अल्लाह की।

3. जो औरत मर गई और उस का शौहर उस की ज़िन्दगी में उस से ख़ुश रहा वह बिला शुबहा जन्नत में दाख़िल होगी।

4. जो औरत या मर्द किसी औरत और उस के शौहर के बीच बिगाड़ डाले वह हमारी उम्मत से ख़ारिज है।

5. जो औरत ख़ुशबू लगा कर मर्दों के पास से गुज़रती है ऐसी औरत बदकार है।

6. देवर तो औरत के हक़ में मौत है (यानी देवर और जेठ का बेतकल्लुफ़ी के साथ भावज के साथ तनहाई में बैठना उन दोनों के लिये आख़िरत की बरबादी है)।

7. जो औरत नामहरम मर्दों के सामने सिंगार कर के आये वह क़यामत के अंधेरे की तरह है। उस का कोई नूर नहीं (उस औरत में जो मर्दों के साथ बेहिजाब हो कर चले उस में कोई भलाई नहीं)

8. लानत करे अल्लाह तआला नामहरम औरत को देखने वाले पर और इसी तरह नामहरम मर्द को दिखाने वाली औरत पर।

9. औरत पर्दा में रहने की चीज़ है फिर जब वह अपने घर से बिला ज़रूरत निकलती है तो शैतान उस को मर्दों की नज़रों में अच्छा कर के दिखाता है और बदमाश उस औरत को ख़ूबसूरत समझ कर उस के पीछे लग जाते हैं या मर्दों में बैठ कर उस औरत की बातें करते हैं।

10. ऐ औरतो! जब तुम आपस में औरतों के साथ कहीं बैठा करो तो किसी औरत का हाल अपने शौहर के सामने इस तरह बयान न किया करो कि बिल्कुल ही उस औरत का अपने शौहर के सामने नक़शा खींच कर रख दो कि फुलानी के कपड़े ऐसे थे ऐसी नाक है ऐसी आँखें ऐसा क़द है (इस से हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने मना फ़रमाया क्योंकि शायद उस का दिल उस औरत से लग जाये और फिर तुम रोती फिरो)

11. लानत है अल्लाह की, उन औरतों पर जो सूरत बनाती हैं मर्दों की और लानत करे अल्लाह उन मर्दों पर जो सूरत बनाते हैं औरतों की

☆ अब हम कुछ ज़रूरी बातें लिखते हैं-

1. अपने शौहर का दिल जीतने की कोशिश करती रहें। ताकि वक़्त अच्छा गुज़रे।
2. शौहर की हैसियत से ज़्यादा ख़र्च न माँगें इस तरह परेशानियाँ बढ़ेंगी।
3. शौहर के मिज़ाज के ख़िलाफ़ कोई बात न कहें न करें।
4. अगर शौहर कोई चीज़ लाकर दे तो उस में नुक़्स न निकालें बल्कि ख़ुशी का इज़हार करें।
5. अगर शौहर गुस्से में हो तो ऐसी बात न करें जिस से उस का गुस्सा और भड़क उठे। अपने शौहर के मिज़ाज को समझने वाली बन जायें उस के मूड को समझ लें फिर घर में न झगड़ा होगा न ज़िन्दगी तल्ख़ होगी।

☆☆☆

चन्द ज़रूरी शरई मसाइल

हम नीचे उन शरई मसाइल का ज़िक्र कर रहे हैं जिन से हर लड़की को अपनी ज़िन्दगी के हर मोड़ पर वास्ता पड़ता है। हम उन की तफ़सील में नहीं जाएँगे वरना यह किताब बहुत मोटी हो जाएगी हाँ ज़रूरी बातें हम ज़रूर बताएँगे ताकि आप कोई ग़लती कर के गुनाह न कर बैठें ज़्यादा तफ़सील की ज़रूरत महसूस हो तो बहिश्ती ज़ेवर या इसी तरह की किसी और दूसरी किताब का मुताला कर लें याद रखें।

सफ़ाई आधा ईमान है और पाक-साफ़ रहने वालों को ख़ुदा पसन्द फ़रमाता है।

अल्लाह पाक का फ़रमान है إِنَّ اللّٰهَ يُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِيْنَ.

गनदगी यानी नजासत की दो क़िस्में हैं। एक नज़र आने वाली जैसे पाख़ाना, पेशाब, ख़ून वग़ैरा उसे पानी से धो कर साफ़ किया जा सकता है। दूसरी नज़र न आने वाली जैसे पेट से हवा का ख़ारिज होना वग़ैरा जिस से वुज़ू टूट जाता है और दोबारा वुज़ू करने की ज़रूरत पड़ती है अब इन को दो अलफ़ाज़ से याद रखें। हदसे असग़र और हदसे अकबर।

1. हदसे असग़र

यह कैफ़ियत छः सूरतों में पैदा होती है

1. पाख़ाना पेशाब करने के बाद

2. रियाह (हवा) ख़ारिज होने के बाद

3. बदन के किसी हिस्से से ख़ून या पीप बहने के बाद

4. नमाज़ में आवाज़ से हंसने के बाद

5. चारपाई या ज़मीन पर लेट कर या किसी चीज़ से टेक लगा कर सो जाने के बाद

6. मुंह भर कर कै हो जाने के बाद

ऊपर ज़िक्र की गई सब सूरतों में हदसे असग़र वाली नजासत यानी गनदगी होती है।

हदसे असग़र का हुक्म

अगर हदसे असग़र हो जाये तो इस सूरत में न नमाज़ पढ़ी जा सकती है। न कुरआन को हाथों से छुआ जा सकता है जब तक कि वुज़ू न कर लिया जाये। यानी वुज़ू कर लेने से हदसे असग़र वाली नजासत दूर हो जाती है। फिर नमाज़ भी पढ़ी जा सकती है कुरआन पाक को भी हाथों से छुआ जा सकता है हाँ बेवुज़ू होने की सूरत में ज़ुबानी कुरआन मजीद पढ़ने की इजाज़त है छूने की इजाज़त सिर्फ़ उन बच्चों को है जो कुरआन मजीद पढ़ना सीख रहे हों।

2. हदसे अकबर

यह वह कैफ़ियत है जो अपने मियाँ के साथ सुहबत करने या सोते में किसी ख़्वाब की वजह से मनी निकलने या हैज़ व निफ़ास का ख़ून आने की वजह से पैदा होती है।

हदसे अकबर का हुक्म

हदसे अकबर की हालत में जब तक गुस्ल न कर लिया जाये उस वक़्त तक न तो आप नमाज़ पढ़ सकती हैं और न ही

कुरआन मजीद को छू सकती हैं और न ही उसे जुबानी पढ़ सकती हैं।

इस्तिनजा करना

पाख़ाना पेशाब वग़ैरा की ज़रूरत के बाद बदन के उस हिस्से को पानी से धोना।

ग़ुस्ल

यूँ तो सेहत व सफ़ाई के लिये हर मर्द व औरत गुस्ल करते ही हैं मगर हम शरई गुस्ल की बात कर रहे हैं जो हर उस औरत पर वाजिब हो जाता है जो अपने शौहर से सुहबत करने यानी मर्द की पेशाबगाह औरत की पेशाबगाह में दाख़िल हो जाये तो यह सुहबत करना या मुबाशरत करना या जिमा करना कहलाता है। उस पर गुस्ल वाजिब हो जाता है या औरत ख़्वाब में देखे कि उस से सुहबत की जा रही है और उसे उस से मज़ा आया और मनी निकली तो फिर भी गुस्ल वाजिब हो जाएगा।

अगर औरत को हैज़ आये जिस का ज़िक्र हम आगे चल कर करेंगे या बच्चा पैदा होने के बाद कई (आमतौर पर चालीस) दिन तक जो ख़ून आता है जब यह दोनों क़िस्म के ख़ून बन्द हो जायें तो गुस्ल कर के पाक होना वाजिब है ख़ून आने के दौरान औरत नापाक रहेगी। पाकी का गुस्ल करते वक़्त पहले निय्यत करना होती है कि-

यह गुस्ले सुहबत है। या हैज़ व निफ़ास से फ़ारिग़ होने का गुस्ल है

इस गुस्ले पाकी के तीन फ़र्ज़ हैं

1. कुल्ली करना यानी अच्छी तरह ग़रग़रा करना

2. नाक में (नर्म जगह तक) पानी डालना

3. तमाम बदन को पानी से धोना

क़ायदा

इस का क़ायदा यह है कि पहले निय्यत करे फिर नजासत और गंदगी जहाँ लगी हो उसे साफ़ करे फिर वुज़ू करे फिर सारे बदन पर पानी डाले। बालों में भी पानी डाले। आज कल बाल गुंधवाने का रिवाज ख़त्म हो गया है इस लिये बाल खोल कर धोने में आसानी हो गई है पहले सर धोएँ फिर दाएँ तरफ़ पानी डालें फिर बाएँ तरफ़ और फिर ख़ूब मल-मल कर जिस्म धोएँ। अगर अंगूठी या बालियाँ वग़ैरा पहनी हुई हों तो उन्हें हिला कर पानी को खाल तक पहुंचाएँ। ऐसा ग़ुस्ल करने से पहले हर वह काम करना जो बग़ैर वुज़ू के नहीं कर सकते मना है।

हैज़

लड़की जब बालिग़ हो जाती है तो उसे हर महीने पेशाब के रास्ते से ख़ून आने लगता है जो कम से कम तीन दिन और रातें और ज़्यादा से ज़्यादा दस दिन तक आता रहता है। सब लड़कियों या औरतों का एक ही जैसा हाल नहीं होता। बहरहाल जितने दिन तक यह ख़ून आता रहे उतने दिन तक नापाकी की हालत रहेगी जब ख़ून बन्द हो जाये तो फिर ग़ुस्ल कर के पाकी हासिल की जा सकती है। याद रखिये हैज़ के दिनों में मर्द से सुहबत करना हराम है। अगर आप हैज़ से हों तो अपने शौहर को बता दें कि मैं हैज़ से हूँ यानी हैज़ आ रहा है ताकि वह भी सुहबत करने से परहेज़ करे। यह हराम भी है और इस से ख़तरनाक बीमारी हो जाने का डर भी है।

निफ़ास

बच्चा पैदा होने के बाद हर औरत को आमतौर पर पेशाब के रास्ते से चालीस दिन तक थोड़ा-थोड़ा ख़ून आता रहता है उस ख़ून को निफ़ास कहते हैं। उस ख़ून के ख़त्म होने पर भी गुस्ल कर के पाकी हासिल की जाती है और जब तक यह ख़ून आता रहे औरत नापाक रहती है उस में हर वह काम मना है जो बग़ैर वुज़ू के नहीं किया जा सकता है। इस दौरान मर्द से सुहबत भी हराम है।

याद रखिये

हैज़ और निफ़ास के दौरान जो नमाज़ें नहीं पढ़ी जातीं उन की क़ज़ा नहीं होती। बल्कि यह नमाज़ें माफ़ हो जाती हैं लेकिन रोज़े अगर रह जाएँ तो रखने पड़ेंगे। हैज़ और निफ़ास की हालत में मियाँ-बीवी सुहबत तो नहीं कर सकते हाँ वह जिस्म के बाक़ी हिस्सों से फ़ायदा उठा सकते हैं।

बीवी के हुकूक़ शौहर पर

महर

मुक़र्रर किया हुआ मह्र अदा किया जाये अगर शौहर मह्र न दे तो औरत उस को अपने क़रीब आने से रोक सकती है। हाँ औरत अगर अपनी ख़ुशी से माफ़ कर दे तो फिर ठीक है और माफ़ करने के लिये औरत पर दबाव नहीं डाला जा सकता। हाँ औरत अगर ख़ुद तलाक़ (ख़ुलअ) हासिल करे तो फिर उसे मह्र छोड़ना पड़ेगा।

नफ़क़ा

अपनी हैसियत के मुताबिक़ शौहर को अपनी बीवी की तमाम ज़रूरियात पूरी करना होंगी।

मकान

बीवी अगर शौहर से अलग मकान की माँग करे तो उसे पूरा करना पड़ेगा ताकि अलग मकान में वह सुकून से रह सके।

हुस्ने सुलूक

रोटी, कपड़ा और मकान की ज़रूरियात पूरी करने के बाद बीवी का अपने शौहर पर हक़ है कि वह बेहतर बरताव का उस से मुतालबा करे और शौहर पर वाजिब है कि वह अच्छे बरताव का मुज़ाहिरा करे।

ज़ुल्म और तकलीफ़ पहुंचाने से दूर रहना

बीवी का हक़ यह है कि उस का शौहर उस के हुक़ूक़ इस तरह अदा करे जो अद्ल इन्साफ़ के साथ हो और तकलीफ़ का सबब न बनें।

दीन सिखाना

शौहर का फ़र्ज़ है कि वह बीवी की दीनी और अख़लाक़ी तर्बियत करे कुरआन मजीद में इरशाद है कि-

ऐ मसलमानों! अपने और अपने अहल व अयाल को दोज़ख़ की आग से बचाओ।

शौहर के हुकूक़ बीवी पर

1. इज़्ज़त व इसमत की हिफ़ाज़त

हर बीवी पर शौहर का पहला हक़ यह है कि वह अपनी इज़्ज़त, इसमत और इफ़्फ़त की हिफ़ाज़त इस तरह करे जैसे कि वह शौहर की साफ़ व शफ़्फ़ाफ़ अमानत है जिस पर ज़रा सा दाग़ या मैल न आने पाये किसी नामहरम से बग़ैर सख़्त ज़रूरत के बात चीत न करे। पर्दे का ख़ास एहतिमाम करे। सिवाए शौहर के किसी महरम के सामने भी मुंह और हाथ के अलावा सारा जिस्म ढका रखे। बग़ैर इजाज़त घर से बाहर न जाये। कुरआन मजीद में अच्छी बीवियों की एक सिफ़त अल्लाह रब्बुल इज़्ज़त ने यूँ बयान की है।

"वह शौहर की ग़ैर मौजूदगी में अपनी इज़्ज़त व आबरू और शौहर की हर चीज़ की हिफ़ाज़त अपनी ताक़त के मुताबिक़ करती हैं।"

2. शौहर के माल की हिफ़ाज़त

हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम नेक व सालेह औरत की तारीफ़ बयान करते हुये फ़रमाते हैं कि

"बीवी अपने बारे में और अपने शौहर के माल के बारे में कोई ऐसी बात न करे जिसे शौहर पसन्द न करता हो"

एक दूसरे मौक़ा पर आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने यूँ तारीफ़ फ़रमाई है।

"ऐसी बीवी जो अपनी इ़ज़्ज़त व आबरू, जान और शौहर के माल में ख़यानत न करे। माल की हिफ़ाज़त में यह भी है कि घर की कोई चीज़ शौहर की इजाज़त के बग़ैर न दे"

2. शौहर की अताअत

हर नेक काम और हक़ बात में शौहर की अताअत करे। कुरआन मजीद में इरशाद है–

"नेक औरतें वह हैं जो फ़रमाँबरदार होती हैं"

हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम फ़रमाते हैं कि–

"तक़्वा के बाद एक मर्द के लिये सब से बड़ी नेमत नेक बीवी है जो अपने शौहर की नेक बात को माने जब वह उस की तरफ़ देखे तो खुश कर दे। जब शौहर उस के भरोसे पर कोई बात कह दे तो पूरा करे और जब वह घर में न हो तो अपनी इ़ज़्ज़त की और उस के माल की हिफ़ाज़त करे"।

और आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया

"जो औरत नमाज़ रोज़े की पाबन्दी करे तो उस का मर्तबा यह है कि वह क़यामत के दिन जन्नत के जिस दरवाज़े से चाहे दाख़िल हो जाये"

और आप सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का यह भी फ़रमान है कि

"अगर शौहर बीवी को अपनी किसी ज़रूरत के लिये बुलाये तो वह तुरन्त उस के पास चली आये चाहे वह तन्नूर पर ही क्यों न बैठी हो (यानी कितना ही ज़रूरी काम क्यों न कर रही हो)"

शौहर की इजाज़त के बग़ैर न तो बीवी को नफ़्ल नमाज़ें

पढ़नी चाहिये और न ही नफ़्ली रोज़े रखने चाहिये और फ़र्ज़ नमाज़ें भी लम्बी-लम्बी और देर तक नहीं पढ़नी चाहिये। लेकिन अगर शौहर गुनाह की बात का हुक्म दे तो बीवी को चाहिये के तुरन्त इन्कार कर दे और उस इन्कार पर मज़बूती से डट जाये चाहे शौहर नाराज़ ही क्यों न हो क्योंकि अल्लाह पाक की नाराज़गी से शौहर की नाराज़गी भली है।

हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है कि-

"जिस बात में ख़ालिक़ की नाफ़रमानी हो उस में किसी मख़लूक़ की अताअत नहीं करनी चाहिये"।

4. सजने संवरने में एहतियात

बे ज़रूरत सजने संवरने में न लगी रहे ताकि न तो वक़्त बरबाद हो ना ही फ़ुज़ूल ख़र्ची हो और न शौहर पर माली बोझ पड़े। लेकिन इतना सजना संवरना ज़रूरी है कि शौहर का दिल उस की तरफ़ मुतवज्जेह रहे और वह उसे अच्छी लगे।

5. शौहर के हुस्ने सुलूक की क़द्र करे

औरतों में एक आम कमज़ोरी पाई जाती है कि वह ज़रा सी बदसुलूकी पर उम्र भर के हुस्ने सुलूक को भुला कर सिर्फ़ उस बदसुलूकी को याद करती और याद दिलाती हैं। हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है कि-

"ज़्यादातर दोज़ख़ में डाली जाने वाली औरतें वह होंगी जो नाशुक्री की वजह से दोज़ख़ के अज़ाब की मुसतहिक़ होंगी (यानी अपने शौहरों की नाशुक्री करती होंगी)"

6. शौहर की पसन्द का एहतराम करें

घर में ऐसे मर्दों को न आने दें जिन को शौहर पसन्द न करता हो या जिन की तरफ़ से उन के दिल में कोई शक व शुबहा हो। वह काम न करें जिन्हें शौहर नापसन्द करें ऐसी चीज़ें न माँगें जो शौहर को पसन्द न हों।

तलाक़

यह अल्लाह को भी पसन्द नहीं हालाँकि उस ने उसे हलाल कर दिया है और हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम को भी तलाक़ नापसन्द थी।

खुदा न करे अगर दोनों मियाँ बीवी में कोई इख़तिलाफ़ पैदा हो जाये तो एक सालिस शौहर के घराने का और एक बीवी के घराने का बैठ कर मुआमला सुलझाने की कोशिश करें। अगर दोनों भला चाहते होंगे तो अल्लाह ज़रूर उन दोनों में मुवाफ़क़त की सूरत पैदा कर देगा।

बीवी को कोशिश करनी चाहिये कि तलाक़ तक नौबत न आये क्योंकि यह खुद उस के मुसतक़बिल को तबाह करने वाली चीज़ है लेकिन अगर गुज़ारा न हो सकता हो या और ज़्यादा बिगाड़ या ख़तरे की सूरत पैदा हो जाये तो तलाक़ लेना ही बेहतर है।

खुलअ लेना

अगर शौहर तलाक़ न दे और हालात ऐसे हों कि बीवी उस के साथ गुज़ारा न कर सकती हो तो फिर पंचायत या अदालत के ज़रिए तलाक़ ले लें लेकिन इस सूरत में उस को मह्र छोड़ना पड़ेगा क़ुरआन मजीद में इरशाद है कि

"अगर यह डर हो कि शौहर और बीवी दोनों अल्लाह की

मुक़र्रर की हुई हुदूद पर क़ायम न रह सकेंगे तो उस में कोई हर्ज नहीं कि बीवी फ़िदिया देकर अलग हो जाये"।

इद्दत

अगर तलाक़ हो जाये या खुलअ ली जाये, या निकाह टूट जाये या शौहर मर जाये तो इन सूरतों में दूसरा निकाह करने के लिये कुछ दिनों तक रुकना पड़ता है इस मुद्दत को इद्दत कहते हैं इस की तफ़सील नीचे दी जा रही है-

1. बेवा होने की सूरत में अगर बच्चा हो तो बच्चा पैदा होने तक इद्दत होगी।

2. बेवा होने की सूरत में अगर बच्चा न हो तो चार महीने दस दिन तक इद्दत होगी।

3. अगर तलाक़ या निकाह टूट गया हो तो तीन हैज़ आने तक की मुद्दत होगी यानी तीन बार हैज़ आ जाये और फिर पाकी हो जाये।

4. औरत अगर बेवा हो जाये या मुतल्लक़ा (तलाक़ पाने वाली) हो तो वह अपनी मर्ज़ी से शादी कर सकती है लेकिन कंवारी लड़की अपने माँ बाप की मर्ज़ी के बग़ैर शादी नहीं कर सकती।

ज़ेहनी सुकून

दुनिया की नेमतों में एक बहुत बड़ी नेमत ज़ेहनी सुकून है लेकिन आज कल जिस से भी आप बात चीत करेंगी वह ज़ेहनी परेशानी का ज़िक्र ज़रूर करेगी और कहेगी:

"बहन मैं तो ज़ेहनी सुकून को तरस गई हूँ बस दुख ही दुख और परेशानी ही परेशानी है" दुनिया चूंकि दारुलअमल यानी काम करने की जगह है इस लिये तो दुख सुख दोनों से वास्ता पड़ेगा। सिर्फ़ सुकून नाम की कोई चीज़ हर वक़्त आप को हासिल नहीं हो सकती। हाँ ज़ेहन की तर्बियत इस तरह की जा सकती है कि वह दुख या सुख का ज़्यादा असर न ले और सुकून कहते ही उस कैफ़ियत को हैं जिस में दुख या सुख का ज़्यादा असर नहीं लिया जाता। लोग ज़ेहनी सुकून की तलाश में क्या-क्या पापड़ नहीं बेलते वह।

1. दौलत की तलाश में रहते हैं और समझते हैं कि दौलत सुकून पैदा करती है हालाँकि दौलतमंद की नींद भी हराम हो जाती है वह हर वक़्त निन्नानवे के फेर में रहता है और दौलत हासिल करने के लिये हर जाइज़ व नाजाइज़ वसीला अपनाता है यहाँ तककि अपनी आख़िरत भी तबाह कर लेता है मगर उसे सब्र नहीं होता और ज़्यादा दौलत की लालच उसे बेचैन रखती है।

2. कुछ मर्द ग़ैर औरतों के पीछे और कुछ औरतें ग़ैर मर्दों के

पीछे दीवानों की तरह फिरती हैं और समझती हैं कि उन्हें हासिल कर के सुकून हासिल होगा मगर उस का नतीजा ज़िना, अग़वा, क़त्ल नफ़रत और बदनामी के सिवा कुछ भी हासिल नहीं होता। हाँ सुकून तो अपने शौहर या बीवी के पास जाने से होता है क्योंकि ख़ालिक़े अकबर ने फ़रमाया है कि

"हम ने यह जोड़ा इस लिये बनाया है कि तुम एक दूसरे से सुकून हासिल करो"।

लेकिन नासमझ और बद-किरदार मर्द और औरतें अपने-अपने जाइज़ जोड़े को छोड़ कर हराम की राह अपनाते हैं इस लिये सुकून बरबाद होगा हासिल नहीं होगा।

3. कुछ लड़के और लड़कियाँ नशे की आदत में मुबतला हो कर सुकून हासिल करना चाहते हैं चुनाचे यह चर्स, अफ़यून, हीरोइन शराब वग़ैरा वग़ैरा सब उन के ख़याल में सुकून के ज़राए हैं मगर आप ने अपने आस पास देखा होगा और अख़बारों में भी पढ़ा होगा कि नशाबाज़ अपनी मौत को ख़ुद आवाज़ देता है और तरह-तरह की बीमारियों और रुसवाईयों में मुबतला हो कर ख़ुद भी अपनी ज़िन्दगी से बेज़ार हो जाते हैं और दूसरे भी उस से तंग आकर नफ़रत करने लगते हैं लिहाज़ा इस तरह भी सुकून नसीब नहीं होता।

4. कुछ नवजवान लड़के और लड़कियाँ आर्ट और फ़ुनूने लतीफ़ा की आड़ में गाने बजाने, नाचने, आज़ादाना एक दूसरे से मिलने। नवजवानों के मेलों में जाने सैर व तफ़रीह के लिये नामहरमों के साथ वक़्त गुज़ारने। कलबों में जाने, वी सी आर और ब्लियू प्रिन्ट देखने और इश्क़ व मुहब्बत की भूल भुलय्यों में गुम हो जाने को सुकून हासिल करने का ज़रिया समझते हैं मगर इस से भी

सिवाए ज़िल्लत व रुसवाई, बीमारी व नादारी, नफ़रत व हिक़ारत, बेज़ारियत और बोरियत के और कुछ हासिल नहीं होता।

5. कुछ हिप्पी और गेज़ ;ळंलेद्ध बन जाते हैं गोल्डन और ब्लियूबाथ का दामन थामने। स्वाम्प (Swamp) और कीकल्ब (Keyclub) के मिम्बर बन जाते और इसी तरह की हज़ारों खुराफ़ात में हिस्सा ले कर सुकून तलाश करने की कोशिश करते हैं मगर इस में भी सिवाए मायूसी, यास, हसरत, हसद व रक़ाबत, वहशत व बरबरिय्यत के और कुछ हासिल नहीं होता।

ग़र्ज़ आदमी के ज़ेहन ने सुकून हासिल करने के जो भी तरीक़े ईजाद किये हैं वह सब नाकाम रह जाते हैं और ऐसा होना भी चाहिये क्योंकि हर इन्सान की पसन्द अपनी-अपनी नज़र अपनी-अपनी है आमतौर पर यह समझा जाता है कि ठाट बाट से रहना अच्छा खाना पीना दोस्त अहबाब की मजलिसों के मज़े लेना नशाबाज़ी करना राग रंग का मज़ा लेना। औरतों से ऐश व इशरत करना सब सुकून का ज़रिया हैं लेकिन हक़ीक़त यह है कि इन तमाम बातों से जो राहत खुशी और लुत्फ़ व सुकून हासिल होता है वह आरज़ी है और जब यह हालात और माहौल तबदील हो जाते हैं तो सारा मज़ा जाता रहता है और उस की बजाये नदामत, तअस्सुफ़, थकावट, बेज़ारी और बोरियत का एहसास रूह को कुचलने लगता है और सुकून की बजाये बेचैनी, उदासी, वहशत और घबराहट दिल व दिमाग़ पर ग़लबा कर लेती है।

सुकून असल में उस कैफ़ियत का नाम है जो इन्सान को खुशी या ग़म से इतना मुतअस्सिर न होने दे कि उस के अख़्लाक़ व किरदार रोज़ाना के कारोबार और अंदाज़ व अतवार में कोई नुमायाँ अच्छी या बुरी तबदीली वाक़े हो जाये। जैसे दुख की हालत में

ख़ुदावंदे तआला को भी कोसना शुरू कर दे और ख़ुद को दुनिया का सब से बदनसीब (Wretched) इन्सान समझने लगे या ख़ुशी के आलम में अख़लाक़ी हुदूद व क़ुयूद को फलाँग कर अपने बन्दा होने को भी भूल जाये बल्कि ग़म और ख़ुशी दोनों में से कोई भी उसे मुतज़लज़िल (हिलाना) न कर सके। मुग़लिया ख़ानदान के आख़िरी बादशाह बहादुर शाह ज़फ़र ने क्या ख़ूब कहा है

ज़फ़र आदमी उस को न जानिएगा हो वह कैसा ही साहिबे फ़ह्म व ज़का
जिसे ऐश में यादे ख़ुदा न रही, जिसे तैश में ख़ौफ़े ख़ुदा न रहा

तो ऐश में यादे ख़ुदा और तैश में ख़ौफ़े ख़ुदा का होना असल में सुकूने क़ल्ब की निशानी है। सुकून को बरबाद करने वाली चीज़ कौन-कौन सी हैं? इस का जवाब कुरआन मजीद में इन अलफ़ाज़ में दिया गया है।

तर्जुमाः- जिन लोगों ने कहा कि अल्लाह हमारा रब है और उस पर जमे रहे उन्हें कोई ग़म और ख़ौफ़ न होगा। (1) ग़म, (2) ख़ौफ़

ग़म से मुराद गुज़रे हुये ज़माना की नाकामियाँ नामुरादियाँ। मायूसियाँ और दुख दर्द होते हैं ख़ौफ़ का तअल्लुक़ मुसतक़बिल से होता है कि ऐसा न हो जाये वैसा न हो जाये कहीं यह वाक़िआ पेश न आ जाये, राज़ खुल न जाये हादसा न हो जाये वग़ैर-वग़ैरा।

इन्सान का सुकून बरबाद करने वाली सिर्फ़ यह दो चीज़ें हैं यानी ग़म और ख़ौफ़ अगर इन दोनों से निजात हासिल कर ली जाये तो फिर सुकून बरबाद नहीं हो सकता। यानी गुज़रे हुये वाक़िआत पर अफ़सोस करने या नाकामियों और महरूमियों का ग़म दिल में पालते रहने को अगर छोड़ दिया जाये और आने वाले वाक़िआत से घबराने और ख़ौफ़ खाने के बजाये उन की परवाह न

की जाये तो ग़म और ख़ौफ़ दोनों से नजात हासिल की जा सकती है लेकिन यह आसान बात नहीं है क्योंकि आदमी एहसासात और जज़बात का पुतला है ज़रा-ज़रा सी बात उस पर असर करती है इस लिये ग़म या ख़ौफ़ से मुतअस्सिर होना कुदर्ती बात है लेकिन इस तअस्सुर को इतना सख़्त न होने दिया जाये कि ग़म में सूख कर काँटा या खुशी में फूल कर कुप्पा बन जाएँ और यह इस सूरत में मुम्किन है कि हम अल्लाह को अपना रब मानने का पूरा यक़ीन पैदा करें जिस का नतीजा यह होगा कि ग़म या ख़ौफ़ के मौक़ा पर दिल से आवाज़ आएगी। "घबराते क्यों हो, यह सब कुछ अल्लाह के हुक्म से है और अल्लाह मेहरबान है उस के हर काम में हिकमत है इस बात की मसलेहत तुम्हारी समझ में आये या न आये बहरहाल इस में बेहतरी है तो अल्लाह का शुक्र अदा करो और उस पर सब्र करो"

यक़ीन जानिए यह आवाज़ ग़म और ख़ौफ़ की तमाम शिद्दत को कम कर देगी इस तरह गोया सुकून हासिल करना आसान हो जाएगा, इस फ़ारमूले के साथ-साथ खुदावंद तआला ने एक और फ़ारमूला बता दिया है ताकि जब आदमी के अपने तजवीज़ करदा सारे फ़ारमूले सुकून हासिल करने में नाकाम हो जाएँ तो खुदावंद तआला से रहनुमाई हासिल की जाये और उस के बताये हुये फ़ारमूले पर अमल किया जाये।

खुदावंद तआला का बताया हुआ "फ़ारमूला" यह है कि

तर्जुमाः- "ख़बरदार रहो कि दिल का सुकून अल्लाह के ज़िक्र में है"

यानी अगर अल्लाह को याद करते रहोगे तो तुम्हारा दिल

मुतमइन रहेगा तुम्हें सुकून हासिल होगा क्योंकि अल्लाह की याद दिल को सुकून बख़्शती है। अल्लाह पाक का ज़िक्र करने के बहुत से तरीक़े हैं। नमाज़ अल्लाह का ज़िक्र है कुरआन मजीद की तिलावत अल्लाह का ज़िक्र है अल्लाह ने जिन बातों से रोका उन से बाज़ रहना अल्लाह का ज़िक्र है अल्लाह के बताये हुये हराम तरीक़ों से बचना अल्लाह का ज़िक्र है ग़र्ज़ अल्लाह की याद और उस की अताअत और हुज़ूर नबी करीम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की पैरवी सब अल्लाह का ज़िक्र है इस लिये नमाज़ पढ़ना और कुरआन मजीद की तिलावत करना सुकून हासिल करने का बेहतरीन ज़रिया है।

हम इस सिलसिला में एक और तरीक़ा भी आप को बताना ज़रूरी समझते हैं जिस के लिये किसी ख़ास वक़्त जगह और हालत की ज़रूरत नहीं होती और वह है दुआ। जब बेचैनी पैदा हो उदासी छा जाये किसी चीज़ की ज़रूरत हो ग़लती या गुनाह हो जाये फ़ितना व फ़साद की आग भड़क उठे ग़र्ज़ कुछ भी हो। आप दुआ माँगना शुरू कर दें इस के लिये वुज़ू की ज़रूरत नहीं है काबा की तरफ़ मुंह करने की ज़रूरत नहीं है पाक होने या पाक कपड़े पहनने की ज़रूरत नहीं है उस के लिये तो सिर्फ़ बेचैन दिल की ज़रूरत है दिल जितना ज़्यादा बेचैन होगा दुआ उतनी जल्दी कुबूल होगी।

इस के अलावा खुलूस दिल से माँगी हुई दुआ बहुत सुकून और राहत बख़्शती है। उम्मीदों को ज़िन्दा करती है और ग़म को आप से दूर ले जाती है। बस दिल ही दिल में बहुत ही आजिज़ी से उस मेहरबान और शफ़ीक़ आक़ा और मालिक से दुआ माँगिये जो सब ख़ज़ानों का मालिक है जो बेइन्तिहा मेहरबान है जिस की निगाह आप के दिल पर है जो आँख की चोरी और दिल के खोट

से वाक़िफ़ है। आप लम्बी दुआएँ माँगें या मुनाजातें पढ़ें। पुकार कर उस से कहें या दिल ही दिल में राज़ व नियाज़ करते रहें किसी तरह से भी दुआ माँगये तो आप के दिल को अजीब सुरूर और सुकून महसूस होगा। ऐसा सुकून जो दुनिया भर की दौलत व राहत और ऐश व इशरत के बावजूद भी हासिल नहीं हो सकता।

हम आप को दो बातों के बारे में ज़्यादा ताकीद करते हैं

1. नमाज़...... नमाज़ बराबर पढ़ें क्योंकि अल्लाह की याद का सब से बेहतर और मक़बूल तरीक़ा नमाज़ है।

2. दुआ...... दुआ बड़ी आजिज़ी और ख़ुलूस से माँगा करें अल्लाह पाक इस से ख़ुश होते हैं दुआ के लिये वुज़ू की ज़रूरत नहीं काबा शरीफ़ की तरफ़ मुंह करने की ज़रूरत नहीं आप जहाँ और जिस हाल में हैं बस दिल ही दिल में या आहिस्ता-आहिस्ता ज़ुबान से दुआ करती रहें। जब आप अल्लाह से कामयाबी, नुसरत, हिदायत, सुकून ख़ुशी और इज़्ज़त व आबरू का सवाल करेंगी तो अल्लाह पाक आप को ज़रूर यह चीज़ें देंगे शर्त यह है कि जब आप सच्चे दिल से दुआ करें और अगर आप की कोई दुआ क़ुबूल नहीं होती तो आप मायूस न हों क्योंकि अल्लाह पाक ने उस में मसलेहतें रखी हैं यानी दुआ क़ुबूल न होने की सूरत में

1. उस से बेहतर चीज़ मिलेगी

2. या कोई मुसीबत टाल दी जाएगी

3. या देर से क़ुबूल होगी

4. या नाम-ए-आमाल में जमा कर दी जाएगी और क़यामत के दिन उस का बदला दिया जाएगा।

हुज़ूर नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की एक हदीस

में फ़रमाया गया है कि

जिन लोगों की जो दुआएँ इस दुनिया में कुबूल नहीं की गईं (जबकि वह नेक हों और ख़ुलूस से माँगी गई हों) और उन के बदले में जब क़यामत के दिन उन का अज्र दिया जाएगा तो बन्दा हैरान रह जाएगा। क्योंकि इतना बड़ा बदला बग़ैर उम्मीद के मिलेगा और वह आरज़ू करेगा कि अगर मुझे पता होता कि न कुबूल होने वाली दुआओं का इतना बड़ा बदला है तो मैं दुनिया में दुआ मांगते वक़्त कहा करता कि ऐ अल्लाह मेरी इस दुआ को मेरे इस नाम-ए-आमाल में शामिल कर दे और मुझे इस के बदले में क़यामत के दिन अज्र और इनआम दे।

दुआ करना हर हाल में फ़ायदेमंद है इस से ज़्यादा से ज़्यादा फ़ायदा उठाएँ और अपने मालिक व ख़ालिक़ से चलते-फिरते उठते बैठते सोते-जागते और खाते-पीते वक़्त ख़ूब दुआएँ माँगा करें जो आप का दिल चाहे माँगें और सिर्फ़ अल्लाह से माँगें किसी दूसरे से हर्गिज़ न माँगें न किसी दूसरे को पुकारें वर्ना शर्क लाज़िम हो जाएगा जो सख़्त गुनाह है।

अपने शौहर और सुसराल अपने माँ बाप और अज़ीज़ व अक़ारिब के लिये भलाई की दुआ करें, सीधे रास्ते पर चलने की दुआ करें, अपने दुख दर्द दूर करने और अम्न व सुकून ख़ुशहाली व कामयाबी की दुआ करें बच्चों की भलाई के लिये दुआ करें मुल्क व क़ौम के लिये भलाई की दुआ करें। इस्लाम की सरबुलंदी के लिये दुआ करें यह सब अच्छे काम हैं। अगर आप सच्चे दिल से दुआएँ करती रहें। नमाज़ों की पाबन्दी करें और नज़र और ज़ुबान पर पहरा बठाएँ कि उन से कोई फ़ालतू और वह काम न लें जिस से रोका गया है तो यक़ीन जानिये आप को हर वक़्त दिली सुकून नसीब होगा ज़्यादातर फ़ितने ज़ुबान की बदौलत पैदा होते हैं। हदीस से साबित होता है कि बदन के सारे आज़ा (अंग) हर रोज़ सुबह

सुबह जुबान से कहते हैं अगर तू सीधी है तो हम भी सीधे हैं ख़ुदा के वास्ते तू सीधी रह कभी-कभी अपने दिल के अन्दर झाँक कर उस की हालत का अंदाज़ा भी लगाती रहें और उस से कहें-

1. ऐ दिल अगर तू ख़ुदा के कलाम से ख़ुश नहीं
2. ऐ दिल अगर तुझे ख़ुदा की रज़ा मंज़ूर नहीं
3. ऐ दिल अगर तू ख़ुदा की याद से मामूर नहीं
4. ऐ दिल अगर तू ख़ुदा की मुहब्बत से मख़मूर नहीं

तो फिर तू उस की नेमतों से फ़ायदा क्यों उठा रहा है? या तू उस के सामने झुक जा या उस के संसार से निकल कर कहीं और चला जा अपने दिल को टटोल कर देख लें कि कहीं आप के सीने में फ़िरऔन का दिल तो नहीं धड़क रहा है क्योंकि बार-बार यह कहने से सुकून बरबाद होता है कि "ऐ दिल तुझे कहाँ ले जाऊँ"

इस बारे में एक और उसूल याद रखें। इन्नमल आमालु बिन्नियात

यानी आमाल का दारोमदार नियत पर है मक़सद यह है कि अगर आप वरज़िश या खेल कूद को इस नियत से करती हैं कि उस से बदन तन्दुरुस्त होगा और उसे अल्लाह के रास्ते में ख़र्च करेंगी तो आप की यह खेल कूद भी नेकी बन जाएगी। अगर मुहल्ले की लड़कियों को कुरआन मजीद इस ख़याल से पढ़ाएँ कि दीन की खिदमत होगी तो यह पढ़ाना भी इबादत में शुमार होगा। इस लिये आप फुरसत में जो मशागिल इख़तियार करें उन को अल्लाह की रज़ामंदी के लिये करें ताकि सवाब भी हो और लोगों कोफ़ायदा भी पहुंचें।

☆☆☆

माँ और बच्चे

अल्लाह पाक जिस को चाहते हैं लड़के देते हैं जिस को चाहते हैं लड़कियाँ देते हैं किसी को लड़के और लड़कियाँ दोनों देते हैं और किसी को उस से महरूम रखते हैं। बच्चा पैदा होने पर अल्लाह का शुक्र अदा करना चाहिये कि यह उस की नेमत और अमानत है लड़कियाँ पैदा होने पर नाक भूँ चढ़ाना गुनाह है। यह भी ख़ुदा की नेमत और अमानत हैं माँ बाप का फ़र्ज़ उन की परवरिश करना, तर्बियत देना और फिर शादी कर देना है ताकि वह अपने पाँव पर खड़ी होकर ज़िन्दगी गुज़ार सकें। माँ की गोद बच्चे की पहली दर्सगाह है अगर माँ की तर्बियत अच्छी है तो बच्चा भी अच्छा होगा और अगर माँ फूहड़, बद-सलीक़ा, बदकिरदार या जाहिल है तो बच्चा भी उन ख़ुसूसियात को अपना लेगा। माँ को बच्चे की सिर्फ़ सेहत ही से वास्ता नहीं होता बल्कि उस की मुनासिब तर्बियत करना भी ज़रूरी है हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है कि

"अपने बेटे को एक अच्छी बात सिखाना दो सेर अनाज ख़ैरात करने से बेहतर है" और "माँ या बाप अपनी औलाद को जो बेहतरीन तोहफ़ा दे सकते हैं वह इल्म व अदब सिखाना है"

मियाँ और बीवी अगर आपस में लड़ना झगड़ना शुरू कर दें तो उस का बच्चों पर बहुत बुरा असर पड़ेगा क्योंकि उस से बच्चे

की शख़्सियत तक़सीम हो कर रह जाएगी। और माँ या बाप का तरफ़दार बनकर या तो ख़ुद फ़ितने की ज़द में आ जाएगा या दोनों से मुतनफ़्फ़िर हो कर मायूस झगड़ालू और बेफ़ायदा हो जाएगा इस लिये अगर ख़ुदानाख़ास्ता मियाँ से रंजिश हो जाये तो उस की ख़बर बच्चों को नहीं होना चाहिये ताकि उन पर बुरा असर न पड़े।

साफ़ सुथरे बच्चे अच्छी माँ का चलता फिरता इश्तिहार बन जाते हैं और देखने वाला समझ जाता है कि उन की माँ समझदार और सलीक़ा शेआर और शसता क़िस्म की औरत है। माँ अगर बच्चों को आप और जनाब से बात चीत करना सिखाती है तो यह उस की मुहज़्ज़ब होने की निशानी है अगर माँ बाप एक दूसरे को गालियाँ देते हैं या बदजुबानी करते हैं तो बच्चे भी उस से गालियाँ बदजुबानी और झूट सीख कर उन गुनाहों में मुबतला हो जाएँगे। माँ को बच्चे के प्यार में हद से कभी नहीं गुज़रना चाहिये इस से बच्चा ज़िद्दी और ढीट हो जाता है और बाद में एक बिगड़ा हुआ बच्चा बन कर रह जाता है। इसी तरह हर वक़्त की डाँट डपट करने और ख़्वाह मख़्वाह की पाबन्दियाँ लगाने से भी बच्चा एहसासे कमतरी में मुबतला होकर मुसतक़बिल का एक मायूस इन्सान बन जाएगा इस लिये उस से भी परहेज़ ज़रूरी है। आप की अक़्लमंदी और दूरअंदेशी का इमतिहान असल में बच्चे की तर्बियत से हो सकता है कि आप ने किस क़िस्म के बच्चे मुल्क और क़ौम के हवाले किये हैं। इस लिये बच्चों की तर्बियत पर ज़्यादा तवज्जोह दें और बहुत ही मेहनत लगन और शफ़क़त से बच्चों की परवरिश और तर्बियत करें अल्लाह आप का हामी व मददगार है।

☆☆☆

सेहत व तन्दुरुस्ती

जब आप के पास रूपया पैसा होता है तो आप उसे संभाल कर रखती हैं और पूरी एहतियात से काम लेती हैं कि कहीं खो न जाये और किसी हालत में भी बरबाद न होने पाये लेकिन सेहत एक ऐसी दौलत है जिस की तरफ़ आप कभी तवज्जोह नहीं करतीं बल्कि उसे ख़राब करने में भी आप को झिजक महसूस नहीं होती हालाँकि तन्दुरुस्ती के मुक़ाबले में रूपये पैसे की इतनी अहमियत नहीं है। अगर कोई आप को दस हज़ार रूपया दे और कहे कि अपनी एक आँख निकाल लेने दो या नाक काट लेने दें तो आप हर्गिज़ उसे कुबूल नहीं करेंगी इस से साबित हुआ कि आप की आँख या नाक के मुक़ाबले में दस हज़ार रूपया कोई क़ीमत नहीं रखता क्योंकि इन्सानी सेहत वह अहम तरीन और नाज़ुक चीज़ है जिस पर आप की पूरी ज़िन्दगी की अच्छाई और बुराई का दारोमदार है। हर वह नवजवान लड़की जो तालीमयाफ़्ता है। मुहज़्ज़ब है समझदार है और कामियाब व कामरान ज़िन्दगी गुज़ारना चाहती है वह यक़ीनन इस तलाश में रहती है कि सेहत व तन्दुरुस्ती जैसी अनमोल चीज़ को कैसे बरक़रार रखा जा सकता है और उसे किस तरह क़ाबिले रश्क बनाया जा सकता है।

यह तो आप जानती ही हैं कि सेहत चाहे जिस्मानी हो या ज़ेहनी उस की हिफ़ाज़त करना हर जानदार के लिये ज़रूरी है चूंकि सेहत और बीमारी में बहुत थोड़ा फ़ासला है इस लिये सेहत जैसी

नेमत से फ़ायदा उठाने की ख़ातिर अपने रोज़ाना के प्रोग्राम पर कड़ी नज़र रखिये ताकि उस में गड़बड़ न होने पाये। क्योंकि दिन भर की मशग़ूलियात हमारी सेहत पर असर डालती हैं और अगर उन में तवाज़ुन बरक़रार न रखा जाये तो बीमारियाँ लाहिक़ हो सकती हैं इस लिये सुबह जागने से लेकर रात को सोने तक के तमाम कामों को वक़्त और उसूल के मुताबिक़ ढाल लीजिये अगरचे यह काम शुरू में मुश्किल मालूम होगा लेकिन धीरे-धीरे जब उस की आदत हो जाएगी तो यही बहुत आसान और दिलचस्प मालूम होगी। अगर उसूले सेहत की रौशनी में आप अपनी किसी आदत को ख़राब और नुक़सानदेह महसूस करें तो कोशिश कर के उसे मुफ़ीद और सही आदत में बदल लें शुरू में आप को यह आदत छोड़ना ज़रा मुश्किल मालूम होगा लेकिन कुछ ही दिनों के बाद आप के दिल व दिमाग़ और आसाब पर यह अच्छी आदतें खुद बखुद क़ाबू पालेंगी और आप उन के मुफ़ीद असरात और नताइज से लुत्फ़ उठाएँगी।

अच्छी आदतें बनाने के तीन बुनियादी तरीक़े हैं:

1. वह काम जिस की आदत डालना मक़सूद हो उस को तवज्जोह और इरादे के साथ अंजाम दें।

2. उस काम को दुहराने के मवाक़े तलाश करती रहें।

3. जब तक आदत पुख़्ता न हो जाये किसी मौक़े को हाथ से न जाने दें।

जो काम हम रोज़ाना करते हैं वह आदत को पुख़ता करने में सब से ज़्यादा मुअस्सिर किरदार अदा करते हैं।

☆☆☆

आदतें और सेहत

ग़िज़ा ज़िन्दगी और सेहत के लिये सब से अहम और ज़रूरी चीज़ है आप थोड़ी सी तवज्जोह से ग़िज़ा के सही इन्तिख़ाब की आदत डाल सकती हैं। यह आदत आप के जिस्म को बेहतरीन ग़िज़ा फ़राहम करने में मदद देगी। इस मक़सद के लिये सब से पहले आप को ग़िज़ा के ज़रूरी अजज़ा और उन के असरात के बारे में बुनियादी मालूमात हासिल करनी चाहिये। (हम आगे उन पर रौशनी डालेंगे)।

जब आप को मालूम हो जाये कि जिस्म को मुतवाज़िन और मुफ़ीद ग़िज़ा पहुंचाने के लिये क्या क्या खाना चाहिये तो आप को एहतियात और तवज्जोह के साथ वह ग़िज़ाएँ अपने लिये चुन लेनी चाहिये ताकि आप कुछ ही हफ़्तों में अंदाज़ा कर सकें कि ग़िज़ा का सही इन्तिख़ाब आप की आदत बनता जा रहा है और इस सिलसिले में आइन्दा के लिये आप की दिक़्क़तें कम होती जा रही हैं। आप की ख़्वाहिश होगी कि आप को किसी वक़्त के खाने से कोई तकलीफ़ या शिकायत पैदा न हो आप इस ख़्वाहिश को पूरा कर सकती हैं, शर्त यह है कि आप मुक़र्ररह वक़्त पर खाने और उसे ख़ूब चबाने की आदत डालें और इतना न खाएँ कि पेट में कुछ भी गुंजाइश बाक़ी न रहे क्योंकि इस से नुक़सान पहुंच सकता है।

रफ़-ए-हाजत- सेहत के लिये वक़्त पर रफ़-ए-हाजत से

फ़ारिग़ होना बहुत ही ज़रूरी है बिलावजह रफ़-ए-हाजत को रोकना या बेवक़्त उस से फ़ारिग़ होना सेहत के लिये बहुत ही नुक़सानदेह है। इस से तरह-तरह की बीमारियाँ पैदा हो सकती हैं।

नींद- जब आप की नींद पूरी नहीं होती तो आप थकी सी रहने लगती हैं और उस थकन से आप की तवानाई और चुसती में फ़र्क़ आ जाता है काम करने को दिल नहीं चाहता। मेदा ख़राब और दिमाग़ कमज़ोर हो जाता है आज कल नवजवान लड़कियाँ आमतौर से रात बारह बजे तक सेनिमा और टेलीवीज़न के नज़ारों में मसरूफ़ रहती हैं या बहुत रात गये तक गप-शप में वक़्त बरबाद कर देती हैं इस लिये जब देर से सोती हैं तो सुबह देर से उठती हैं जिस से सेहत बरबाद और आदतें ख़राब हो जाती हैं और नींद फिर भी पूरी नहीं होती इस लिये रात को जल्दी सो जाना चाहिये ताकि सुबह जल्दी उठ सकें। याद रखिये अंग्रेज़ी में एक मक़ूला है-

Early to bed and early to rise makes a man
healthy wealthy and wise

जल्दी सो जाना और जल्दी उठ जाना आदमी को सेहतमंद, दौलतमंद और अक़्लमंद बनाता है। इस लिये वक़्ते मुक़र्रर पर हर हालत में सो जाएँ और वक़्ते मुक़र्रर पर जाग उठें औसतन एक आम औरत के लिये सात-आठ घंटे रोज़ाना नींद ज़रूरी है। रात को इशा की नमाज़ के बाद सो जाएँ और सुबह फ़ज्र की नमाज़ से पहले जाग उठें ताकि रफ़-ए-हाजत गुस्ल और नमाज़ से वक़्त पर फ़ारिग़ होकर अपने काम काज में ठीक वक़्त पर मसरूफ़ हो सकें शाम को ज़्यादा खाना हर्गिज़ न खाएँ ताकि नींद ठीक जाये।

वर्ज़िश- याद रखें कि वर्ज़िश की आदत सेहत के लिये इनतिहाई मुफ़ीद है वर्ज़िश का रोज़ाना लुत्फ़ उठाएँ खुली हवा में

गहरे साँस लें ताकि ताज़गी व तवानाई हासिल कर सकें। हल्की फुल्की वर्ज़िश घर में ही कर लिया करें ताकि जिस्म चुस्त रहे।

गुस्ल– बाकायदगी से गुस्ल करने की आदत आप के लिये ख़ुशी व मसर्रत का पैग़ाम लाती है बेहतर यह है कि बिल्कुल सुबह गुस्ल किया जाये और उस से पहले हल्की सी वर्ज़िश भी कर ली जाये बालों में कंघी करना बहुत पसन्दीदा है जबकि तेल लगाना और सर की मालिश करना भी बहुत मुफ़ीद है अपने आप को साफ़ सुथरा रखने से आप की सेहत ठीक रहेगी, दिमाग़ ज़्यादा काम करेगा, ख़ुशी व मसर्रत आप का साथ देगी। सोसाईटी में आप को इज़्ज़त की निगाह से देखा जाएगा। लेकिन याद रखिये। इस सिलसिले में फ़ुज़ूलख़र्ची हर्गिज़ न कीजिये क्योंकि फ़ुज़ूलख़र्च शैतान के भाई हैं।

ज़ेहनी सेहत– जो लोग अपने आप में मस्त रहते हैं वह नफ़सियाती बीमारियों में मुबतला हो जाते हैं चूंकि उन की सब सरगर्मियाँ अपने आप तक महदूद रहती हैं इस लिये उन्हें नुक़सान होना लाज़मी है इस लिये अपने मिलने जुलने वालों से घुल मिल जाएँ उन की मदद कीजिये और मदद की आदत डालिये इस तरह ज़ेहनी सेहत निखर जाएगी और अख़लाके फ़ाज़ला की बदौलत आप का वक़ार बुलंद होगा।

दाँत– दाँतों को रोज़ाना साफ़ करने की आदत डालिये क्योंकि साफ़ सुथरे दाँत ख़ूबसूरती के अलावा सेहत के लिये भी बेहद ज़रूरी हैं रोज़ाना खाना खाने के बाद दाँतों को साफ़ करना चाहिये। दातुन, मिसवाक, बुर्श, और टूथ पावडर वग़ैरा सब मुफ़ीद हैं इस लिये जो कुछ भी इन्तिज़ाम हो सके उस से दाँत साफ़ करना ज़रूरी है ताकि जल्दी ख़राब न होने पाएँ।

हाथ धोना और नाखुन साफ़ रखना भी इस ज़िम्न में आता है गंदे हाथ और गंदे नाखुन रखने वाली औरतों को सोसाईटी में हिक़ारत और नफ़रत की निगाह से देखा जाता है इस के अलावा गंदे नाखुनों का सेहत पर भी ख़राब असर पड़ता है हाथों में मैल कुचैल होना भी ख़तरे की अलामत है इस लिये हाथों को ख़ासतौर पर साफ़ सुथरा रखें वरना इस से कई क़िस्म की बीमारियाँ पैदा हो जाएँगी। पेशाब पाख़ाने और खाने से फ़ारिग़ होकर हाथों को ज़रूर अच्छी तरह से धोना बहुत फ़ायदेमंद है। याद रखिये।

अच्छी आदतें और अच्छी सेहत अच्छी क़िस्मत की ज़ामिन हैं।

मेदे की हिफ़ाज़त

याद रखिये अगर आप का मेदा ठीक है तो आप की सेहत भी ठीक रहेगी और अगर मेदे में गड़बड़ होगी तो आप की तन्दुरुस्ती भी सही न रहेगी और आप इस के लिये तरसती रहेंगी। हम इस बारे में आप के लिये कुछ ज़रूरी इशारे लिखते हैं-

1. दो खानों के बीच चार-पाँच घंटे का वक़्फ़ा ज़रूर रखें। खाना खाने के बाद दूसरी ग़िज़ा उस वक़्त तक न खाएँ जब तक पहला खाना पूरी तरह हज़म न हो जाए। बार-बार खाने और एक चीज़ हज़म हुये बग़ैर दूसरी चीज़ खाने से मेदे पर बहुत ज़्यादा बोझ पड़ता है और हज़म में ख़लल वाक़े हो जाता है और ग़िज़ा का फ़ायदा भी जिस्म को हासिल नहीं होता जो खाना या ग़िज़ाई चीज़ें आप खाएँ ताज़ा और अच्छी तरह पकी हुई होनी चाहिये। अधकच्ची और बदमज़ा या बासी खाना मेदा पर बुरा असर डालता है और ऐसी ग़िज़ाएँ हाज़मा के लिये नुक़सानदेह होती हैं।

2. बग़ैर सच्ची भूक के खाना हर्गिज़ न खाएँ और न बिला वजह भूक को टालें और खाने में देर करें। मुक़र्ररह वक़्त पर खाना खाने का फ़ायदा यही होता है कि उस वक़्त मेदा ग़िज़ा को क़ुबूल करने के लिये पूरी तरह तैयार होता है और भूक ख़ूब लगती है।

3. जब खाना खाने बैठें तो तबीअत को फ़िक्र व रंज से दूर रखें और कोई परेशानी की बात न करें। खाने के वक़्त ख़ुश रहना

चाहिये।

4. खाना घबराहट या जल्दी में न खाएँ बल्कि इतमीनान और सुकून के साथ खाना खाया करें।

5. भूक से ज़्यादा न खाईये बल्कि थोड़ी सी भूक रख कर खाना ख़त्म कर दीजिये।

6. ज़्यादा गर्म खाना मेदे के अलावा दाँतों पर भी बुरा असर डालता है। मेदे में तेज़ गर्म खाने से ज़ख़्म पड़ सकते हैं प्यास ज़्यादा लगती है और हाज़्मा ख़राब हो जाता है।

7. प्रोटीनी ग़िज़ाएँ जिन का ज़िक्र आइन्दा सफ़हात में करेंगे, उतनी ही मिक़्दार में खाएँ जितनी आसानी से मेदा हज़्म कर सके। गोश्त के अलावा मिठाईयाँ भी देर से हज़्म होती हैं इस लिये उन को भी ज़्यादा न खाएँ।

8. खाना खाने से कुछ देर पहले पानी पी लीजिये और अगर प्यास लगे तो बीच में थोड़ा सा पानी पी सकते हैं लेकिन खाना खाने से तुरन्त पहले और बाद पानी पीना मुनासिब नहीं है इस से मेदे पर ख़राब असर पड़ता है इस लिये खाना खाने के दो ढाई घंटे बाद पानी पीजिए। बदहज़्मी और गैस के मरीज़ों को इस पर ज़रूर अमल करना चाहिये।

9. रोज़ाना कम से कम सात-आठ गिलास पानी पीने से मेदा और आँतों पर ख़ुशगवार असर पड़ता है।

10. खाने के साथ कड़वी और चटपटी चीज़ों की आदत न डालिये चाय वग़ैरा ज़्यादा न पीजिये इन से मेदा कमज़ोर हो जाता है।

11. फल जितना ख़ा सकते हैं खाइये यह बहुत मुफ़ीद हैं।

12. खाना खाते ही काम शुरू न कर दीजिये बल्कि थोड़ी देर तक आराम करने के बाद काम शुरू करें क्योंकि खाने के तुरन्त बाद जिस्म व दिमाग़ दोनों को कुछ वक़्त के लिये काम काज और फ़िक्र व परेशानी से आज़ाद रखना ज़रूरी है।

13. बार-बार जुलाब लेना मेदे को ख़राब करता है।

14. मेदे की ख़राबी का इलाज दवाईयों के बजाये ग़िज़ा की तबदीली, फल खाने फ़ाक़ा करने और कम खाने से कीजिये।

ग़िज़ा और हयातीन

सेहत को बरक़रार रखने के लिये हमें ऐसी ग़िज़ा की ज़रूरत है जिस में हयातीन की ज़्यादा मिक़दार मौजूद हो। उमदा ग़िज़ा के बुनियादी अजज़ा नीचे दिए जा रहे हैं-

1. लहमियात (प्रोटीन Protein) जैसे गोश्त, मछली, अंडे और पनीर यह जिस्म को बढ़ाने और नश्वोनुमा के लिये ज़रूरी हैं।

2. रोग़नयात (फेट्स थ्जे) जैसे घी, तेल, चरबी, मक्खन और दूध यह जिस्म को हरारत पहुंचाते हैं।

3. शकरियात (कारबोहाईड्रेटस Carbohydrats शकर और नशास्तादार अजज़ा यह जिस्म में तवानाई और गर्मी पैदा करते हैं।

4. मअदनी नमकियात (मिनरल साल्टस Minral salts) जैसे खाने का नमक, चूना, ताँबा, लोहा, गंधक, फ़ासफ़ोरस यह चीज़ें जिस्म की तामीर और तक़वियत के लिये ज़रूरी हैं।

5. पानी तमाम ग़िज़ाओं में होता है।

6. हयातीन (विटामिनज़ Vitamins) यह ग़िज़ा का अहम जुज़ हैं। हयातीन हमारी ज़िन्दगी को बाक़ी रखने जिस्मानी तवानाई और अच्छी सेहत के लिये ज़रूरी हैं।

7. हयातीन अलिफ़ (Vitamin A)

अंडे दूध मछली के जिगर। हैवानों की कलेजी और घी में

हयातीन अलिफ़ पाये जाते हैं इस के अलावा गाजर, मूली, टमाटर वग़ैरा में भी यह हयातीन होते हैं। ग़िज़ा में उन की कमी से जिस्मानी नश्वनुमा में फ़र्क़ आ जाता है और आँखों, आँतों और फेफड़ों की बीमारियाँ पैदा हो जाती हैं। हयातीन बी Vitamin B इस मुरक्कब हयातीन में बारह से ज़्यादा हयातीन अब तक पाये गये हैं यह हयातीन अनाज की भूसी, जानवरों की कलेजी, दाल, मोंगफली और पालक वग़ैरा में पाये जाते हैं इस की कमी से जिल्दी, आसाबी और क़ल्बी बीमारियाँ पैदा होती हैं यरक़ान वग़ैरा भी इस की कमी से होता है।

हयातीन जीम। सब्ज़ तरकारियों जैसे गोभी, मूली, शलग़म, टमाटर, चुक़ंदर, और ताज़ा फलों जैसे लीमूँ, मोसमी, संतरा, आमला वग़ैरा में पाये जाते हैं उन की कमी की वजह से कई क़िस्म की बीमारियाँ पैदा हो सकती हैं।

हयातीन दाल। अंडे, दूध और दूध के मुरक्कबात मछली के जिगर और हरी तरकारियों में पाये जाते हैं उन की कमी की वजह से बच्चों में हड्डियों की बनावट नाक़िस रह जाती है और हड्डियाँ टेढ़ी हो जाती हैं। यह हयातीन सूरज की रौशनी से भी जिस्म को हासिल होते हैं।

हयातीन हा। गेहूँ के छिल्के चने, बिनोले और ज़ैतून में पाये जाते हैं इस की कमी से बच्चे पैदा करने की कुव्वत कमज़ोर हो जाती है। मुकम्मल ग़िज़ा का मतलब यह है कि उन में ऊपर ज़िक्र किये गये तमाम हयातीन शामिल हों और मुकम्मल ग़िज़ा ही सेहत की ज़ामिन होती है।

☆☆☆

आँखें बड़ी नेमत हैं

आँखें सब से बड़ी नेमत हैं यह कहावत मशहूर है "आँखें हैं तो संसार है आँखों के बग़ैर ज़िन्दगी का कोई मज़ा नहीं है" क्योंकि अंधा आदमी ज़िन्दगी के बहुत से फ़ाएदे और मज़े से महरूम रहता है लेकिन अफ़सोस है कि लोग आँखों की हिफ़ाज़त और सलामती की तरफ़ बहुत कम तवज्जोह देते हैं यही वजह है कि अब नवजवान लड़कियाँ भी चश्मा लगाने पर मजबूर हो गई हैं।

आँखों की हिफ़ाज़त और सेहत के लिये नीचे दी गई बातों का ख़याल रखें।

1. धुंदली और नाकारा रौशनी में पढ़ने लिखने का काम हर्गिज़ न करें।

2. पढ़ते लिखते वक़्त रौशनी बाएँ तरफ़ रखें दाएँ तरफ़ या सामने से रौशनी आना आँखों को तकलीफ़ देता है।

3. किताब या काग़ज़ को कम से कम दस-बारह इंच के फ़ासला पर रखें।

4. लेट कर या चलती सवारी में मुताला न करें।

5. खाना खाते वक़्त भी न पढ़िए।

6. रात को सोने से पहले कोई अच्छा सुरमा लगाना अच्छी आदत है उस पर अमल करें।

7. रोज़ाना आँखों को ठंडे पानी से धोएँ उस से मैल कुचैल साफ़ होगा।

8. खुले सरसब्ज़ व शादाब मैदान में सुबह व शाम तफ़रीह करना आँखों के लिये मुफ़ीद है।

9. धूएँ और गर्द व गुबार से आँखों को महफ़ूज़ रखिये।

10. तेज़ धूप और रौशनी में हल्के रंग का चश्मा लगा कर बाहर निकलें।

11. आँखों के अज़लात का दौराने ख़ून तेज़ करने के लिये पुतलियों को एक फ़र्ज़ी दायरा की शक्ल में घुमाएँ।

12. पढ़ते समय कुछ देर के लिये आँखें परे हटा लीजिये और एक आध मिनट के लिये उन्हें आराम दीजिये फिर मुताला शुरू कीजिये किताब पर लगातार नज़रें जमाये रखने से आँखों पर ज़ोर पड़ता है।

13. दोनों आँखों के पपोटों को थोड़ी-थोड़ी देर के बाद झपकाना आँखों की अच्छी वरज़िश है।

14. ज़्यादा बारीक काम या बारीक हुरूफ़ का मुताला बहुत देर तक न कीजिये।

15. नाकाफ़ी ग़िज़ा, आम कमज़ोरी और ख़राब हवा से भी आँखों पर ख़राब असर पड़ता है।

16. बहुत तेज़ रौशनी भी आँख को नुक़सान पहुंचाती है।

खाने पीने के आदाब

ज़िन्दगी को क़ायम रखने के लिये खाना पीना बहुत ज़रूरी है मगर याद रखिये कि हमारी ज़िन्दगी का मक़सद सिर्फ़ खाना-पीना ही नहीं। खाने-पीने में सब से पहले पाकीज़गी का नम्बर आता है कुरआन मजीद का इरशाद है कि

"पाक चीज़ें हलाल हैं और नापाक हराम हैं"

जिन चीज़ों को अल्लाह पाक ने मना किया है उन्हें खाने-पीने में हर्गिज़ शामिल न करें और हराम कमाई से बचना बेहद ज़रूरी है क्योंकि यह दुनिया व आख़िरत दोनों में ज़िल्लत का बाइस है। इस्लाम हमें फ़ुज़ूलख़र्ची की इजाज़त नहीं देता इस लिये हद से ज़्यादा खाना चटपटे खाने की फ़िक्र में रहना और हर वक़्त खाने-पीने का ख़याल रखना किसी तरह भी मुनासिब नहीं है क्योंकि यह सेहत वक़्त और दौलत की तबाही का सबब है।

खाने-पीने के आदाब नीचे दिये जा रहे हैं जिन पर अमल कर के आप तिब्बी फ़ायदे भी हासिल कर सकती हैं और सुन्नत की ताबेदारी का सवाब भी आप को मिल सकता है।

1. खाना खाने से पहले हाथ धो लें।

2. बिस्मिल्लाहिर्रहमानिर्रहीम पढ़ कर खाना शुरू करें और खाने से फ़ारिग़ होकर *अलहमदुलिल्लाहिल्लज़ी अतअमना*

व सकाना व जअलना मिनल मुस्लिमीन पढ़ें ताकि अल्लाह तआला की नेमत का हक़ अदा हो सके।

3. उकड़ूं बैठ कर या दोज़ानू होकर या एक घुटना बिछा कर और दूसरा खड़ा कर के बैठना और फिर खाना खाना चाहिये इस से मेदे को तन्दुरुस्त रखने में बड़ी मदद मिलती है।

4. दाएँ हाथ से खाएँ और पानी भी दाएँ हाथ से पिएँ।

5. रोटी से उंगलियाँ या मुंह साफ़ करना बड़ी गंदी आदत है इस से बचें।

6. पलेट में अपने सामने से खाना शुरू करें बीच से या दूसरे किनारे से खाना दूसरों के लिये कराहत का सबब है इस लिये यह बात सख़्त नापसन्दीदा है।

7. खाने में ऐब न निकालें जो पसन्द आये खा लें और जो नापसन्द हो उसे छोड़ दें।

8. खाने या पीने की चीज़ों पर फूंक मारना नुक़सानदेह है क्योंकि साँस में गंदी हवा होती है और उस में जरासीम भी होते हैं।

9. खाने के बाद उंगलियाँ चाटना सुन्नत है उस के बाद हाथ धो कर पोंछ लें।

10. मिल कर खाने में बरकत है इस तरह खुशतबई की बातें भी होती रहती हैं।

11. अगर किसी सहेली के यहाँ खाएँ या किसी के यहाँ मेहमान बन कर जाएँ तो अपनी सहेली और अपने मेज़बान के लिये बरकत की दुआएँ करें।

12. खाने में तकब्बुर न करें बल्कि आजिज़ी से खाएँ और

अगर कोई लुक़मा गिर पड़े तो उसे साफ़ कर के खा लें हो सकता है उस में बरकत हो।

13. सोने चाँदी के बरतनों में खाना हराम है।

14. लेट कर या टेक लगा कर (बीमार के अलावा) खाना मकरूह है और तिब्बी लिहाज़ से नुक़सान का सबब है।

15. बरतनों की सफ़ाई का ख़याल रखें।

16. पानी तीन साँस में पिएँ एक ही बार में ग़ट-ग़ट कर के पीना मकरूह है।

17. ज़्यादा चीनी और मज़े के पीछे न पड़ें न ही ज़्यादा पुरतकल्लुफ़ खानों की फ़िक्र में रहें क्योंकि अल्लाह के बन्दे ऐश नहीं करते।

18. किसी के यहाँ बिन बुलाये दावत पर न जाएँ।

19. खाने मिले जुले और अदल बदल कर खाएँ क्योंकि एक तरह का खाना अकसर सेहत को नुक़सान पहुंचाता है और आमतौर से मुकम्मल ग़िज़ा का काम नहीं देता।

20. खाना मुक़र्ररह वक़्त पर खाएँ हर वक़्त बकरी की तरह चरते रहना बीमारियों की जड़ है।

21. बग़ैर भूक के हर्गिज़ न खाएँ और ख़ूब सेर होकर भी न खाएँ बल्कि थोड़ी सी भूक रहते हुये खाना ख़त्म कर दें।

22. बहुत कम खाने से भी जिस्म में ख़ून की कमी हो जाती है और ज़्यादा खाने से बदहज़मी और क़ब्ज़ पैदा होती है इस लिये एतदाल (बराबर, न कम और न ज़्यादा) से खाना चाहिये।

23. बासी और सड़ी हुई ग़िज़ाएँ, मिठाईयाँ, पकौड़े, चाट और

ज़्यादा खट्टी और गर्म सर्द चीज़ें खाने से मेदे की ख़राबियाँ और दाँतों की बीमारियाँ पैदा होती है।

24. खाने के बाद मिसवाक या बुरश करना बहुत ज़रूरी और मुफ़ीद है ख़ासतौर से रात को सोते वक़्त और सुबह उठने के बाद मिसवाक या बुरश करना बहुत ज़रूरी और मुफ़ीद है इस से दाँतों में सड़ाँद मुंह में बदबू गले में ख़राबी और मेदे में गड़बड़ पैदा नहीं होती।

25. चाय का ज़्यादा इस्तेमाल नुक़सानदेह है ख़ासतौर पर होटल में सारा दिन पकने वाली चाय बहुत नुक़सानदेह है।

26. सिगरेट पीना अपने आप को तबाह करना है इस से हर हाल में बचें।

27. तम्बाकू, गाँजा, चरस, अफ़यून, राकिट, एल एस डी, शराब, हीरोइन वग़ैरा बहुत ही ख़तरनाक नशे हैं यह दुनिया में ही इन्सान को अधमुवा कर के बरबाद कर देते हैं अगर आप ने इन से परहेज़ न किया तो चलती फिरती लाश बन कर रह जाएँगी क्योंकि नशे वाली चीज़ें दिल व दिमाग़ रूह और बदन की मौत के बराबर हैं यह आहिस्ता-आहिस्ता नशाबाज़ को घुलाती रहती हैं।

28. खाने के तुरन्त बाद तेज़-तेज़ चलना, दौड़ना मुश्किल काम करना या सो जाना नुक़सानदेह है बल्कि खाने के कुछ मिनट बाद तक चेहलक़दमी करना ज़रूरी है।

☆☆☆

लिबास के आदाब

कुरआन मजीद में लिबास पहनने के जो मक़ासिद बयान किये गये हैं वह यहाँ लिखे जाते हैं-

1. सतर पोशी (पर्दा ढाँकना)
2. मौसम की सख़्ती (यानी सर्दी और गर्मी) से बचाव।
3. दुश्मन से हिफ़ाज़त।
4. ज़ीनत यानी ख़ूबसूरती।
5. मगर सब से बेहतर लिबास तक़्वा का लिबास है।

आज कल हम मग़रिब की तहज़ीब से मुतअस्सिर होकर इन सब बातों को भूल गये हैं और जिस चीज़ को कुरआन मजीद में सब से आख़िर में रखा गया है यानी ज़ीनत और ख़ूबसूरती उसे हम ने अपना सब से बड़ा मक़सद क़रार दे दिया है। और फिर ज़ीनत ही नहीं बल्कि उस से बढ़कर उरयानी और बेहयाई तक पहुंच गये हैं। आज कल लिबास पहन कर भी नंगे रहने वाली बात है यानी औरतें ऐसा बारीक और चुस्त लिबास पहनती हैं कि उन का सारा बदन नज़र आता है और लड़के औरतों की तरह लम्बे-लम्बे बाल रख कर औरतों का सा लिबास पहनने और औरत बनने पर फ़ख़्र करते हैं इस लिये दूर से देखने पर लड़के और लड़की में कोई फ़र्क़ नज़र नहीं आता। हालाँकि हुज़ूर अकरम

सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने उन औरतों पर जो मर्दों की वज़अ अपनाएँ और उन मर्दों पर जो औरतों की वज़अ (रूप) अपनाएँ लानत भेजी है और जिस मर्द या औरत पर हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम लानत भेजें उस जैसा बदबख़्त और कौन हो सकता है।

अफ़सोस का मक़ाम है नवजवान लड़के और लड़कियाँ एक दूसरे से बढ़ कर उरयानी बेहयाई ज़नानापन और बेग़ैरती की तरफ़ रवाँ दवाँ हैं यह न सिर्फ़ मुल्क की सलामती के लिये ख़तरनाक हैं क्योंकि इस तरह के लड़के और लड़कियाँ बहादुरी जवाँमर्दी और ईसार व कुर्बानी के जज़बात से महरूम होते हैं बल्कि ख़ुद अपनी बरबादी को भी दावत देते हैं।

1. लिबास के बारे में अल्लाह और उस के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के फ़रमान सुनिये अल्लाह पाक ने फ़रमाया है कि

"ऐ औलादे आदम हम ने तुम पर लिबास नाज़िल किया ताकि तुम्हारे जिस्म के क़ाबिले शर्म हिस्सों को ढाँके और तुम्हारे लिये ज़ीनत और हिफ़ाज़त का ज़रिया भी हो।

2. लिबास पहनते वक़्त ख़ुदा का शुक्र अदा करें जिस ने यह नेमत अता की है और पुराना लिबास किसी ग़रीब व मुहताज को दे दें।

3. नये कपड़े पहनते वक़्त यह दुआ किया करें।

"सारी तारीफ़ और हम्द उस ख़ुदा के लिये है जिस ने मुझे यह कपड़े पहनाये जिस से मैं अपना सतर ढाँकती हूँ और जो इस ज़िन्दगी में मेरे लिये हुस्न व जमाल का ज़रिया भी है।

हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है कि

☆ औरतों को ऐसे बारीक कपड़े न पहनने चाहिये जिन से बदन झलकता हुआ दिखाई दे और न ही ऐसा चुस्त लिबास पहनें जिस से बदन की बनावट और ज़्यादा पुरकशिश नज़र आये और वह कपड़े पहन कर भी नंगी नज़र आएँ।

☆ वह औरतें जहन्नमी हैं जो कपड़े पहन कर भी नंगी रहती हैं दूसरों को रिझाती हैं और खुद दूसरों पर रीझती हैं उन के सर नाज़ से ऊँट के कोहानों की तरह टेढ़े हैं यह औरतें न जन्नत में जाएँगी न जन्नत की ख़ुशबू पाएँगी हालाँकि जन्नत की ख़ुशबू बहुत दूर से आती है।

☆ ख़ुदा ने उन मर्दों पर लानत फ़रमाई है जो औरतों की तरह रंग ढंग अपनाएँ और उन औरतों पर भी लानत फ़रमाई जो मर्दों का सा रंग ढंग अपनाएँ।

☆ लिबास हमेशा अपनी हैसियत के मुताबिक़ पहनिये ऐसा लिबास जो तकब्बुर, फ़ख़्र और नाम व नुमूद का सबब हो मुनासिब नहीं है।

☆ न ही ऐसा लिबास पहनिये जो हैसियत से बहुत कम हो।

☆ कपड़े पहनने और बनाव सिंगार करने में भी ज़ौक़ और सलीक़े का ख़याल रखना ज़रूरी है।

☆लिबास की सादगी ईमान की अलामतों में से एक अलामत है।

☆ जो शख़्स लिबास और वज़अ क़तअ में किसी क़ौम की मुशाबहत करता है उसी क़ौम से उठाया जाएगा (यानी उस का हश्र भी उसी क़ौम के साथ होगा)।

☆☆☆

तहारत और सफ़ाई के आदाब

हुज़ूर नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है कि

"सफ़ाई और पाकीज़गी आधा ईमान है"

यानी आधा ईमान तो यह है कि आदमी रूह को पाक व साफ़ रखे और आधा ईमान यह है कि आदमी जिस्म की सफ़ाई और पाकी का ख़याल रखे। यह कहावत मशहूर है कि खुदाई के बाद सफ़ाई है।

खुदा भी ऐसे ही लोगों को पसन्द करता है जो साफ़ सुथरे रहते हैं और तहारत और पाकीज़गी का पूरा-पूरा ख़याल रखते हैं। हक़ीक़त यह है कि जिस्म की सफ़ाई के बग़ैर रूह की सफ़ाई भी मुम्किन नहीं है जो नवजवान लड़कियाँ पाकी और पलीदी की तमीज़ नहीं रखतीं वह साफ़ सुथरी रूह या पसन्दीदा अख़लाक़ कैसे रख सकती हैं इस बारे में कुछ बड़े-बड़े उसूल नीचे दिये जा रहे हैं।

1. पेशाब करने के बाद पानी से पेशाब के क़तरों को साफ़ करें क्योंकि पेशाब की नाली से निकलने वाले उन आख़िरी क़तरों को पानी से साफ़ करना ज़रूरी है उसे इसतिन्जा करना कहते हैं।

2. पाख़ाने और पेशाब वग़ैरा के लिये बैठते हुये इस बात का ख़याल रखें कि मुंह क़िब्ला की तरफ़ न हो न ही पीठ क़िब्ला की तरफ़ हो।

3. पेड़ों के नीचे सायादार जगहों, रास्तों और लोगों के बैठने की जगहों में पाख़ाना या पेशाब न करें।

4. नंगे सर, नंगे पावँ और नंगे बदन पाख़ाने (शौचालय) में दाख़िल न हों और जब शौचालय जाने की ज़रूरत हो तो पहले बायाँ पावँ अन्दर रखें और यह दुआ माँगें।

"खुदाया मैं तेरी पनाह चाहती हूँ शैतानों से उन शैतानों से भी जो नर या मादा हैं"

और शौचालय से बाहर निकल कर कहें "गुफ़रानका"

5. लोगों के सामने (यानी उन की तरफ़ मुंह कर के) नाक झाड़ना और बलग़म थूकना सख़्त नापसन्दीदा काम है इस से बचते रहिये।

6. नापाक हो जाने की सूरत में तुरन्त ग़ुस्ल कर लें।

7. दाँत, कान और चमड़े को साफ़ रखें और ग़ुस्ल करते रहें।

8. अपने कपड़ो में पसीने की बदबू जमा न होने दें न ही मैले कुचैले होने दें बल्कि बाक़ायदगी से साफ़ सुथरे कपड़े पहनें और अपनी हैसियत के मुताबिक़ ख़ुशबू लगाएँ।

9. पर्दा का एहतमाम करें।

सोने और जागने के आदाब

1. रात को ज़्यादा देर तक जागना और सुबह दिन चढ़े तक सोते रहना नुक़सानदेह आदत है इस से सेहत ख़राब हो जाती है।

2. सोने से पहले बिस्तर को अच्छी तरह झाड़ लें ऐसा न हो कि कोई नुक़सान पहुंचाने वाला जानवर या कीड़ा उस में मौजूद हो और आप को नुक़सान पहुंचाये।

3. सोने से पहले कुरआन मजीद में से जो कुछ याद हो उसकी तिलावत करें यानी बिस्तर पर पड़े-पड़े यह सूरतें या आयतें पढ़ती रहें फिर दिन भर की ग़लतियों की माफ़ी माँगें और नेकियाँ करने पर अल्लाह तआला का शुक्र अदा करें कि उस ने आप को उसकी तौफ़ीक़ अता की फिर अल्लाह का ज़िक्र करते-करते सो जाएँ।

4. चित लेटने, बाएँ करवट सोने या औंधे सोने से परहेज़ करें क्योंकि यह सब हालतें नुक़सानदेह हैं इन से बीमारियाँ पैदा होती हैं।

5. गंदे ख़यालात ज़ेहन में जमा कर के सोने से बुरे ख़्वाब नज़र आने और ख़ौफ़ व डर महसूस होने का ख़तरा रहता है।

6. मुंह लपेट कर सोने से सेहत ख़राब होती है क्योंकि ताज़ा हवा नहीं मिलती इस लिये किसी सूरत में भी मुंह ढाँक कर न सोईये।

7. रात के आख़िरी हिस्से में उठने की आदत डालिये ताकि रफ़-ए-हाजत से फ़ारिग़ होकर फ़जर की नमाज़ पढ़ी जा सके इस तरह आप दिन भर चुस्त भी रह सकेंगी।

8. जब अच्छा ख़्वाब देखें तो ख़ुदा का शुक्र अदा करें और बुरा देखें तो उस की भी अच्छी ताबीर की उम्मीद रखें।

9. अगर डरावना ख़्वाब देखें तो *ला हौला वला कुव्वता इल्ला बिल्लाह*

और *अऊज़ुबिल्लाहि मिनश्शैतानिर्रजीम* पढ़ें ताकि दोबारा ऐसा डरावना ख़्वाब न आये।

ख़ुशी और ग़म के आदाब

यह दुनिया खुशी और ग़म दोनों से भरपूर है इस लिये अगर खुशी का मौक़ा हो तो

☆ खुदा का शुक्र अदा कीजिये।

☆ सहेलियों को उस में शामिल कीजिये ताकि खुशी का मज़ा और बढ़ जाये।

☆ ख़ूब खुशी मनाईये यह आप का हक़ है लेकिन हद से न बढ़िये ताकि तकब्बुर और सरकशी तक न पहुंच जाएँ अल्लाह पाक का इरशाद है कि

"और इन नेमतों को पा कर इतराने न लगो जो खुदा ने तुम्हें दी हैं खुदा इतराने वाले और बड़ाई जताने वाले को नापसन्द करता है"।

☆ दूसरों की खुशी में शरीक हो जाईये ताकि मुहब्बत बढ़े।

☆ ग़म में सब्र और सुकून से उसे बरदाश्त कीजिये और हिम्मत से काम लीजिये।

☆ अगर रंज व ग़म से जल्द छुटकारा हासिल न हो सके तो सेहत बरबाद होने का डर है अल्लाह पाक का फ़रमान है कि

"जो मुसीबतें भी रूये ज़मीन में आती हैं और जो आफ़तें भी तुम पर आती हैं वह सब इस से पहले के हम उसे वुजूद में लाएँ

एक किताब में (लिखी हुई महफ़ूज़ और तै की हुई) हैं इस में कोई शक नहीं कि यह बात ख़ुदा के लिये आसान है ताकि तुम अपनी नाकामी पर ग़म न करते रहो"।

☆ याद रखिये रंज व ग़म हमेशा नहीं रहते इस लिये उन से ज़्यादा मुतअस्सिर न हों।

☆ जब कोई रंज या ग़म की बात सुनें तो यह पढ़ें। *इन्ना लिल्लाहि व इन्ना इलैहि राजिऊन* हम ख़ुदा ही के हैं और उसी की तरफ़ लौट कर जाने वाले हैं।

☆ हुज़ूर नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का इरशाद है।

"जिस मुसलमान को भी कोई दिली परेशानी जिस्मानी तकलीफ़ और बीमारी या कोई रंज व ग़म और दुख पहुंचता है (और वह उस पर सब्र करता है) तो ख़ुदा उस के गुनाहों को माफ़ फ़रमा देता है"।

☆ किसी तकलीफ़ और हादसे पर ग़म का इज़हार करना एक फ़ितरी चीज़ है हाँ इस बात का पूरा-पूरा ख़याल रखें कि रंज व ग़म की हालत में ज़ुबान से कोई ऐसी बात न निकले जो हक़ के ख़िलाफ़ हो और सब्र व शुक्र को किसी हालत में न भूलें।

☆ बीमारी को बुरा न कहिये और न उस की शिकायत कीजिये बल्कि इस मुआमला में सब्र कर के आख़िरत के अज्र की उम्मीद रखिये।

☆ हक़ की राह और हलाल कमाई के बारे में जो तकलीफ़ें भी पेश आएँ हंसी ख़ुशी से उस का मुक़ाबला कीजिये और ख़ुदा का शुक्र करते रहिये।

☆ दुख दर्द में दूसरों का साथ दीजिये और उन का ग़म ग़लत करने की पूरी कोशिश कीजिये।

☆ अगर खुदा नाख़ास्ता बहुत ज़्यादा दुख या नाकामियाँ जमा हो जाएँ तो खुदकशी कर के खुदावंद तआला की नाफ़रमानी और सरकशी करने और वाही तबाही बकने से परहेज़ करें।

☆ हालात चाहे कैसे ही हौसलाशिकन क्यों न हों हक़ का रास्ता हर्गिज़ न छोड़िये क्योंकि दीन और दुनिया की भलाई इसी में है।

आदाबे ज़िन्दगी

अज़ीज़ बच्चियो! ज़िन्दगी की ख़ुशियों से लुत्फ़ उठाने के लिये अल्लाह पाक ने कुछ हदें मुक़र्रर कर दी हैं जिन की पाबन्दी करने से इन्सान ख़ुद भी ख़ुश रहता है और दूसरे भी उसे पसन्द करते हैं यह तो आप जानती ही हैं कि अगर इन्सान अपनी मर्ज़ी से जो चाहे करने लगे तो फिर दुनिया में क़त्ल व ग़ारत और फ़ितना व फ़साद की आग भड़क उठेगी और यह हसीन व ख़ूबसूरत दुनिया जहन्नम बन कर रह जाये तो ख़ालिक़े अकबर ने ऐसे क़ायदे और क़ानून बना दिये हैं कि जिन पर अमल कर के हम दुनिया भर की जाइज़ और हलाल लज़्ज़तों से लुत्फ़ उठा सकते हैं उन क़ायदों की तफ़सील हमें हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के अपने अक़्वाल व आमाल ने बता दी है ज़रूरत सिर्फ़ उन्हें जानने और उन पर अमल करने की है इस लिये हम आप की सुहूलत और रहनुमाई के लिये मुख़तलिफ़ उनवानात के तहेत उन्हें लिखते हैं।

नई ज़िन्दगी की शुरूआत

इस किताब को पढ़ने से पहले आप ने जिस तरीक़े पर ज़िन्दगी गुज़ारी होगी मुम्किन है उस में आप से कुछ ग़लतियाँ और कुछ गुनाह भी हुये हों इस लिये पहले उन सब से तौबा कर लें अल्लाह तआला से माफ़ी माँग लें और आइन्दा के लिये पक्का वादा करें। क्योंकि ख़ुद अल्लाह रब्बुलइज़्ज़त ने फ़रमाया है कि

"और अगर कभी उन से कोई गुनाह का काम हो जाता है या वह अपने ऊपर कुछ ज़्यादती कर बैठते हैं तो उन्हें तुरन्त ख़ुदा याद आ जाता है और वह उस से अपने गुनाहों की माफ़ी चाहते हैं और ख़ुदा के अलावा क़ौन है जो गुनाहों को माफ़ कर सकता है? और वह जानते बुझते अपने किये पर हर्गिज़ इसरार नहीं करते" हुज़ूर नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया।

"सारे के सारे इन्सान ख़ताकार हैं और बेहतरीन ख़ताकार वह हैं जो बहुत ज़्यादा तौबा करते रहते हैं"।

इस तरह तौबा करने से आप के अन्दर नई ज़िन्दगी को बिल्कुल पाकीज़ा और अच्छे तरीके से गुज़ारने का अज़्म और हौसला पैदा होगा और आप की कुव्वते इरादी ज़्यादा मज़बूत होगी ख़ुदा की रहमत से हमेशा पुरउम्मीद रहिये और यक़ीन रखिये कि अल्लाह पाक आप के गुनाह माफ़ कर देगा क्योंकि अल्लाह पाक फ़रमाते हैं कि

"ऐ मेरे बन्दो जो अपनी जानों पर ज़्यादती कर बैठे हो ख़ुदा की रहमत से हर्गिज़ मायूस न होना यक़ीनन ख़ुदा तुम्हारे सारे के सारे गुनाह माफ़ कर देगा। वह बहुत ही माफ़ करने वाला और बड़ा ही मेहरबान है"

"और तुम अपने रब की तरफ़ पलट जाओ और उस की फ़रमाबरदारी बजा लाओ इस से पहले के तुम पर कोई अज़ाब आ पड़े और फिर तुम कहीं से मदद न पा सको" तो अपने गुनाहों और बुरे कामों को याद कर के ख़ुदा के हुज़ूर गिड़गिड़ाती हुई माफ़ी माँगें अपने किये पर अफ़सोस और नदामत का इज़हार करें और यह वादा करें कि आगे ऐसा काम नहीं करेंगी फिर यक़ीन रखिये अल्लाह पाक आप के सारे गुनाह भी माफ़ फ़रमा देंगे और आप

को सीधी राह पर चलने की तौफ़ीक़ अता फ़रमा देंगे।

याद रखिये...... जब गुनाह का एहसास पैदा हो और आप को यह महसूस होने लगे कि आप ने गुनाह किया है तो समझ लीजिये कि अब आप के सुधरने का वक़्त आ गया है और अल्लाह पाक की रहमत का दरवाज़ा आप के लिये खुल गया है फिर अज्ज़ व इनकिसारी से अल्लाह पाक की तरफ़ झुक जाईये अल्लाह पाक फ़रमाते हैं

"और वही तो है जो अपने बन्दों की तवज्जोह कुबूल फ़रमाता है और उन की ग़लतियों को माफ़ करता है और वह सब कुछ जानता है जो तुम करते हो"।

हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने तौबा व इसतिग़फ़ार की यह दुआ बताई है।

"खुदाया तू मेरा परवरदिगार है। तेरे सिवा और कोई माबूद नहीं तूने मुझे पैदा किया और मैं तेरा बन्दा हूँ और मैं ने तुझ से बन्दगी व अताअत का जो वादा किया है उस पर अपने बस भर क़ायम हूँ और जो गुनाह भी मुझ से हुये उन के बुरे नताइज के लिये मैं तेरी पनाह चाहता हूँ तूने मुझे जिन-जिन नेमतों से नवाज़ा है मैं उन का इक़रार करता हूँ और मुझे एतराफ़ है कि मैं गुनाहगार हूँ तो ऐ मेरे परवरदिगार मेरा जुर्म माफ़ फ़रमा दे तेरे सिवा मेरे गुनाहों को और कौन माफ़ करने वाला है"।

तौबा करने और आगे मुहतात रहने का वादा करने के बाद ज़िन्दगी की हर मुश्किल में अल्लाह पाक से दुआ माँगने को अपना वतीरा बना लें क्योंकि सब कुदर्तों और ख़ज़ानों का मालिक तो अल्लाह ही है और वह बड़ा मेहरबान है इस लिये उसी से दुआ किया करें जो कुछ माँगना हो उसी से माँगा करें सब नबी वली

और बुज़ुर्ग उसी के दर के सवाली हैं वह हर किसी की सुनता और कुबूल करता है।

खुद अल्लाह पाक ने फ़रमाया है कि

"उसी को पुकारना बरहक़ है और यह लोग उस को छोड़ कर जिन हस्तियों को पुकारते हैं वह उन की दुआओं का कोई जवाब नहीं दे सकतीं उन को पुकारना तो ऐसा है जैसे कोई शख़्स अपने दोनों हाथ पानी की तरफ़ फैला कर चाहे कि पानी (दूर ही से) उस के मुंह में आ पहुंचे हालाँकि पानी उस तक कभी नहीं पहुंच सकता। तो इस तरह काफ़िरों की दुआएँ बेनतीजा भटक रही हैं"।

और याद रखिये।

अल्लाह पाक से वही माँगें जो हलाल और पाकीज़ा हो। गुनाह के कामों के लिये माँगना बहुत ही ग़लत काम है यह तो गोया खुद अज़ाब को दावत देना है जब भी दुआ माँगें तो गहरे खुलूस और पाकीज़ा नियत से माँगें और यक़ीन के साथ दुआ माँगें कि जिस अल्लाह से आप यह माँग रहे हैं उसे आप के हालात का पूरा-पूरा इल्म है और वह सब कुछ देने पर क़ादिर है चुनाचे खुद अल्लाह रब्बुलइज़्ज़त फ़रमाते हैं कि

"और ऐ रसूल (सल्ल०) जब आप से मेरे बन्दे मेरे बारे में पूछें तो उन्हें बता दीजिये कि मैं उन के क़रीब ही हूँ। पुकारने वाला जब मुझे पुकारता है तो मैं उस की दुआ को कुबूल करता हूँ इस लिये उन्हें मेरी दावत कुबूल करनी चाहिये और मुझ पर ईमान लाना चाहिये ताकि वह सीधे रास्ते पर चलें"

इस सिलसिले में हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का इरशाद है कि

"अपनी दुआओं के कुबूल होने का यक़ीन रखते हुये (हुज़ूर क़ल्ब) से दुआ कीजिये खुदा उस दुआ को कुबूल नहीं करता जो ग़ाफ़िल और बेपरवाह दिल से निकली हो।

अपने रब को आजिज़ी और ज़ारी से पुकारना चाहिये और बराबर दुआ करते रहना चाहिये मायूस होने की ज़रूरत नहीं है अल्लाह पाक जो करेगा वह यक़ीनन बेहतर ही होगा दुआ करना बन्दे का काम है और नतीजा अल्लाह पाक के हाथ में है। अल्लाह पाक आप को हर मुश्किल से महफ़ूज़ रखे।

मजलिस के आदाब

☆ हमेशा अच्छी औरतों की सुहबत में बैठने की कोशिश करें।

☆ अपनी मजलिस में ख़ुदा और रसूल का ज़िक्र भी करें और मजलिस का ख़ातमा तो ख़ासतौर से अल्लाह और उस के रसूल के ज़िक्र पर होना चाहिये।

☆ मजलिस में जहाँ जगह मिल जाये बैठ जाईये और बैठने वालियों के ऊपर से न कूदती फिरये।

☆ किसी लड़की को उठा कर उस की जगह हासिल करने की कोशिश न कीजिये।

☆ अगर लड़कियाँ घेरा डाले बैठीं हों तो उन के बीच न बैठिये।

☆ अगर कोई मजलिस से उठ कर कहीं थोड़ी देर के लिये बाहर चली जाये तो उस की जगह पर क़बज़ा न कीजिये।

☆ अगर दो औरतें एक दूसरी के क़रीब बैठी हों या आपस में बातें कर रही हों तो उन की इजाज़त के बग़ैर उन के बीच न बैठिये।

☆ मजलिस के सदर की इजाज़त के बग़ैर बोलना मुनासिब नहीं और एक वक़्त में एक ही औरत को बोलना चाहिये दूसरे की बात पूरी होने से पहले बोलना मुनासिब नहीं।

☆ मजलिस वालों को अस्सलामुअलैकुम कहें।

☆ जब किसी मुसलमान भाई बहन से मिलें तो अस्सलामुअलैकुम कहें।

☆ मुलाक़ात हमेशा ख़ुशी के साथ करें।

☆ बग़ैर इजाज़त दूसरों के घरों में दाख़िल न हों बल्कि आवाज़ देकर या दरवाज़ा खटखटा कर दरवाज़े से हट कर एक तरफ़ खड़ी रहें और इन्तिज़ार करें। अगर तीन बार बुलाने पर भी अन्दर से कोई बाहर न आये तो वापस लौट आईये।

☆ सलाम करने में हमेशा पहल कीजिये क्योंकि वह ख़ुदा के ज़्यादा क़रीब होता है जो पहले सलाम करता है।

हुकूक़

अज़ीज़ बच्चियो!

आप आज हुकूक़-हुकूक़ का शोर चारों तरफ़ से सुन रही हैं यहाँ तक कि हुकूक़ मनवाने के अलावा और कोई काम ही बाक़ी नहीं रह गया है क़ौम बरबाद हो तो बेशक हुआ करे मुल्क दुश्मनों के क़ब्ज़े में चला जाये तो परवाह नहीं लेकिन हुकूक़ की माँग हर शख़्स की जुबान पर हर वक़्त मौजूद है।

किसानों के हुकूक़, मज़दूरों के हुकूक़, तलबा (विद्यार्थियों) के हुकूक़ ग़र्ज़ हुकूक़ ही हुकूक़ का शोर है बेशक अंजुमनें सियासी पार्टियाँ और नाम निहाद फ़लाही इदारे लोगों को बेवक़ूफ़ बना कर उन से रूपये बटोरते और अपनी बिल्डिंगें बनवाते हैं और उन्हें हर घड़ी नये-नये चक़में देते रहते हैं कि हम तुम्हारे हुकूक़ के पासबान हैं। हमारे साथ तआवुन करो तो हम तुम्हारे हुकूक़ मनवा कर दम लेंगे। यही हाल औरतों की अंजुमनों का है। लेकिन हुकूक़ के साथ-साथ एक और लफ़्ज़ भी कभी सुनने में आता है और वह है फ़राइज़ की अदायगी जिस की तरफ हंगामा करने वालों का ध्यान कभी नहीं जाता हालाँकि हुकूक़ और फ़राइज़ दोनों लाज़िम व मलज़ूम हैं यानी अगर एक तबक़े के हुकूक़ हैं तो दूसरे तबक़े की तरफ़ से फ़राइज़ की अदायगी का मुतालबा है और उन दोनों को जुदा नहीं किया जा सकता और न एक के बग़ैर दूसरे का तसव्वुर ही किया जा सकता है। हक़ीक़त यह है कि अगर हुकूक़ का नारा लगाने वाले इतना ही ज़ोर फ़राइज़ की अदायगी पर दें तो हर तरफ़

अमून और ख़ुशहाली का समाँ हो सकता है।

आज-कल कॉलेजों और स्कूलों में यह वबा फैल गई है कि ज़रा सी बात हुई और हुकूक़ हुकूक़ के नारे लगाते हुये लड़के और लड़कियाँ सड़कों पर निकल आती हैं और फिर तोड़ फोड़, घेराव, जलाओ और फ़ितना व फ़साद का लम्बा-चौड़ा हंगामा शुरू हो जाता है यहाँ तक कि हुकूमत की मशीनरी भी उसे कंट्रोल करने से आजिज़ आ जाती है।

ज़रा सोचिये तो सही क्या यह मुसलमानों के काम हैं यह मुल्क की ख़िदमत का कौन सा तरीक़ा है कि बसों, दुकानों, और मकानों को आग लगा दी जाये और उन्हें लूट लेने पर फ़ख्र किया जाये। गोया अपने ही मुल्क को खंडर बना कर ख़ुशियाँ मनाई जा रही हैं जिस कशती पर ख़ुद सवार हैं उसी कशती के पेंदे में सूराख़ कर के मसर्रत के नारे और वाह-वाह के डोंगरे बरसाये जा रहे हैं। यह घर फूंक कर तमाशा देखने वाली हरकत तो सिर्फ़ वही लोग कर सकते हैं जिन की अक्ल का दीवालिया निकल चुका हो क्या आप भी उन लोगों में शामिल होना चाहती हैं? जो अपने ही मुल्क की जायदाद को तबाह कर के ख़ुशी मनाते हैं तो उन से बढ़ कर दीवाना और कौन हो सकता है और वह मुल्क व क़ौम की कौन सी ख़िदमत कर सकेंगे क्योंकि इस तरह की फ़ितना परवरी हंगामाआराई फ़राइज़ से पहलू तही और ज़िम्मेदारी का फुक़दान उन की फ़ितरत बन जाएगी उन का ज़मीर मर जाएगा और वह औबाश बन कर ही ज़िन्दा रहेंगे आप तो सिनफ़े नाज़ुक हैं इस लिये आप को चाहिये कि अपने हुकूक़ के साथ-साथ दूसरों के हुकूक़ और अपने फ़राइज़ को भी समझने की कोशिश करें ताकि आगे आप न दूसरों के लिये उलझनें पैदा करें और न ख़ुद उस आग में जलें।

आप अपने भाईयों शौहरों और बेटियों को इस क़िस्म की

तख़रीबकारी और हंगामापरवरी से मना कर के क़ौम व मिल्लत की ख़िदमत करें।

मेरी अज़ीज़ बच्चियो! आप ज़िन्दगी के वसीअ मैदान में दाख़िल हो रही हैं जहाँ कामयाबियाँ और नाकामियाँ दोनों एक दूसरे के साथ लिपटी हुई आप का इन्तिज़ार कर रही हैं इस लिये तरक़्क़ी करने और अम्न से ज़िन्दगी गुज़ारने का राज़ इस बात में है कि आप दूसरों की हक़तलफ़ी न करें ताकि कोई आप के हुक़ूक़ पर डाका न डाले आप ने अकसर देखा होगा कि झगड़े की बुनियाद सिर्फ़ हुक़ूक़ की जंग है हर शख़्स यही कहता है कि यह मेरा हक़ है अगर आप किसी का हक़ न मारें तो किसी को क्या पड़ी है कि ख़्वाहमख़्वाह आप से उल्झे लेकिन अफ़सोस जब आप किसी का हक़ मारेंगी तो ज़ाहिर है वह भी ज़रूर आप से जंग करेगा फिर तरक़्क़ी रुक जाएगी अम्न बरबाद हो जाएगा दिली सुकून जाता रहेगा और बिलावजेह परेशानियों में फंस कर ज़िन्दगी वबाले जान बन जाएगी अगर आप नाजाइज़ किसी के मकान या ज़मीन पर क़बज़ा कर लें या किताब छीन लें या माँग कर वापस न दें तो उस का मतलब यह होगा कि आप ने उन की हक़तलफ़ी की है इस लिये वह ज़रूर आप से लड़ेंगी याद रखिये दुनिया में फ़ितना व फ़साद सिर्फ़ इसी वजह से फैलता है कि हम एक दूसरे के हुक़ूक़ की परवाह नहीं करते आईये हम आप को दूसरों के हुक़ूक़ और आप के फ़राइज़ की एक फ़ेहरिस्त बता दें।

अल्लाह के हुक़ूक़

1. अल्लाह ने इन्सानों और जिनों को सिर्फ़ इस लिये पैदा किया है कि वह उस की इबादत करें (इबादत का मतलब सिर्फ़ नमाज़ पढ़ना या रोज़ा रखना ही नहीं है बल्कि पूरी ज़िन्दगी को अल्लाह पाक के बताये हुये तरीक़े पर गुज़ारने का नाम इबादत है

ज़िन्दगी के हर शोबा और हर काम में इस्लाम ने जो कुछ करने का हुक्म दिया है और जिस काम से रोका है उन अहकामात पर अमल करना इबादत है)

2. खुदा का बन्दों पर यह हक़ है कि उस की इबादत की जाये और उस के साथ किसी को शरीक न ठहराया जाये। अगर हम ने अल्लाह के हुक्म और हक़ को पूरा न किया तो दुनिया में फ़ितना व फ़साद की जड़ें खुदबखुद फैल जाएँगी किसी का डर बाक़ी न रहेगा हम दुनिया में मुजस्सम शैतान बन कर रह जाएँगे यह दुनिया जहन्नम का नमूना बन जाएगी और आख़िरत में खुद हमें सज़ा मिलेगी।

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के हुकूक़

1. रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम के हुकूक़ में सब से पहला हक़ यह है कि उन से मुहब्बत की जाये दूसरा यह कि उन की अताअत की जाये और तीसरा यह है कि उन की अज़मत का एहसास ज़िन्दा रखा जाए।

2. अल्लाह पाक ने फ़रमाया कि ऐ मेरे हबीब तेरे रब की क़सम यह लोग उस वक़्त तक मोमिन नहीं हो सकते जब तक कि आप से मुहब्बत न करें और आप के फ़ैसलों को खुशी के साथ कुबूल न करें और इस बारे में कोई तंगी महसूस न करें।

इस का मतलब यह है कि हम हर मुआमले में हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की खुशी और मर्ज़ी को देखें रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम पर दरूद व सलाम भेजना भी उन का हक़ है आप (सल्ल०) ने फ़रमाया जिस के सामने मेरा ज़िक्र किया जाये उस को मुझ पर दरूद भेजना चाहिये जिस ने मुझ पर एक बार दरूद भेजा अल्लाह तआला उस पर दस बार रहमत भेजता है और उस के दस गुनाह माफ़ फ़रमाता है।

मुसलमान हाकिम के हुकूक़

मुसलमान हाकिम का हुक्म मानना हम पर फ़र्ज़ है शर्त यह है कि वह किसी गुनाह का हुक्म न दे क्योंकि जो आदमी किसी इस्लामी ममलकत का क़ायल न हो और अवाम के चुने हुये नुमाइन्दा (सरबराहे ममलकत) को बग़ैर किसी दीनी सबब के न मानता हो वह दोज़ख़ी है।

हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है-

"जिस ने मेरी अताअत की उस ने अल्लाह की अताअत की जिस ने मेरी नाफ़रमानी की उस ने अल्लाह की नाफ़रमानी की जिस ने अमीर की अताअत की उस ने मेरी अताअत की जिस ने अमीर की नाफ़रमानी की उस ने मेरी नाफ़रमानी की"।

हुज़ूर अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है-

"अगर तुम पर कोई निकम्मा भी हाकिम हो जाये और किताबुल्लाह के मुताबिक़ हुक्म चलाये तो उस की बात सुनो और मानो"

माँ बाप के हुकूक़

अल्लाह पाक का फ़रमान है

"बन्दगी करो अल्लाह की और किसी को उस का शरीक न बनाओ। और अच्छा सुलूक करो माँ बाप के साथ, क़राबतदारों के साथ, यतीमों के साथ, क़रीबियों के साथ, पड़ोसियों के साथ और उस पड़ोसी के साथ जो रिश्तादार हो और उस पड़ोसी के साथ जो रिश्तादार न हो। साथी के साथ जिस का साथ ज़रा देर के लिये भी मिल जाये और मुसाफ़िर के साथ और ज़ेरदस्तों के साथ जो तुम्हारे क़ब्ज़े में हों।

☆ माँ बाप के साथ अच्छा सुलूक करें क्योंकि उन के साथ अच्छा सुलूक दोनों जहान के लिये ख़ुशनसीबी है।

☆ ख़ुदा के बाद इन्सान पर सब से ज़्यादा हक़ माँ बाप का है क्योंकि ख़ुद अल्लाह पाक का इरशाद है "और आप के रब ने फ़रमा दिया है कि तुम ख़ुदा के अलावा किसी की बन्दगी न करो और माँ बाप के साथ नेक सुलूक करो"

☆ हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया है

"माँ बाप ही तुम्हारी जन्नत हैं और माँ बाप ही दोज़ख़"

यानी उन के साथ नेक सुलूक कर के आप जन्नत में जा सकती है और उन के हुकूक़ अदा न कर के जहन्नम का ईंधन बन सकती हैं। हज़रत इब्ने अब्बास से रिवायत है कि हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि माँ बाप के साथ अच्छा सुलूक करने वाली औलाद जब भी रहमत की नज़र से माँ बाप को देखे तो हर नज़र के बदले में अल्लाह तआला उस के लिये मक़बूल हज का सवाब लिख देते हैं।

हज़रात सहाबा किराम रिज़वानुल्लाह अलैहिम ने अर्ज़ किया अगर रोज़ाना सौ बार नज़र करे (तब भी यही बात है) आप (सल्ल॰) ने फ़रमाया हाँ और बहुत बड़ा है जो किसी को देना चाहे दे सकता है उसे कोई रोकने वाला नहीं है और वह बहुत ज़्यादा पाक है।

हज़रत अब्दुल्लाह इब्ने मसऊद ने फ़रमाया कि बाप की तरफ़ देखना इबादत है काबा की तरफ़ देखना इबादत है कुरआन की तरफ़ देखना इबादत है जिस भाई से अल्लाह के लिये मुहब्बत हो उस पर नज़र डालना इबादत है।

☆☆☆

दुनिया और आख़िरत में कामयाबी का राज़

नवजवान बच्चियो! यह तो आप जानती हैं कि हर इन्सान की इ़ज़्ज़त का दारोमदार खुद उस के अपने रवय्ये पर है और अल्लाह भी उसे इ़ज़्ज़त देता है जिसे खुद अपनी इ़ज़्ज़त (Self Respect) का एहसास हो अगर आप दूसरों की इ़ज़्ज़त करेंगी तो लोग भी आप की इ़ज़्ज़त करेंगे और अगर आप दूसरों को ज़लील करने में खुश हैं तो आप भी दूसरों की निगाह में ज़लील हो सकती हैं। याद रखिये हर शख़्स अपने आमाल और अपनी ज़ुबान की बदौलत इ़ज़्ज़त हासिल कर सकता है मैं चाहता हूँ कि आप को कुछ ऐसी बातें बता दूँ जिन की वजह से आप सोसाईटी में हर जगह इ़ज़्ज़त व एहतराम का दर्जा हासिल कर सकती हैं और उन के साथ-साथ यह भी आप पर ज़ाहिर कर दूँ कि वह कौन-कौन सी बुरी बातें हैं जिन की वजह से आप की इ़ज़्ज़त हमेशा के लिये बरबाद हो सकती है अगर आप ने उन बातों को याद रखा और उन पर अमल किया तो इन्शाअल्लाह कामयाबी आप के क़दम चूमेगी वह बातें नीचे दी जा रही हैं-

☆ हर वक़्त अल्लाह का डर दिल में रखिये क्योंकि मोमिना तो वह हैं कि जब उन के सामने अल्लाह का ज़िक्र किया जाता है तो उन के दिल डर जाते हैं और जब उन के सामने अल्लाह का

कलाम पढ़ा जाता है तो उन के ईमान में बढ़ोतरी होती है और वह अपने रब पर भरोसा रखती हैं ऐसी ईमानदार ही बेहतरी हासिल कर सकती हैं।

☆ ख़ानदानी एतबार से भी अपनी बड़ाई मत बयान करो क्योंकि तुम सब एक ही बाप (हज़रत आदम अलैहिस्सलाम) की औलाद हो। यह ख़ानदान और क़बीले तो सिर्फ़ पहचान के लिये हैं और अल्लाह के यहाँ ज़्यादा इज़्ज़त वाला वह है जो मुत्तक़ी (परहेज़गार) है।

☆ सब्र और नमाज़ से मुश्किलों में अल्लाह से मदद माँगो क्योंकि उस में कामयाबी यक़ीनी है।

☆ किसी मुसीबत के वक़्त सब्र करना और सवाब की उम्मीद रखना जन्नत में ले जाता है।

☆ फ़ायदामंद और बेहतर बात करो वरना ख़ामोश रहो क्योंकि ज़ुबान का वार तलवार से भी ज़्यादा काटता है। और घरेलू झगड़े अकसर ज़ुबान की वजह से होते हैं।

☆ जिस चीज़ की जानकारी न हो उस पर बात-चीत न करो।

☆ जानबूझ कर हक़ को बातिल के साथ और झूट को सच के साथ न मिलाओ और न हक़ को छुपाओ।

☆ लोगों से हमेशा अच्छी बातें कहो बदज़ुबानी और लचर बकवास से ज़ुबान को रोक दो।

☆ दूसरो को जवाब में ऐसी बात कहो जो उन की बात से बेहतर हो फिर तुम देखोगी कि तुम में और तुम्हारे दुश्मनों में भी

ऐसे तअल्लुक़ात क़ायम हो जाएँगे गोया वह तुम्हारी गहरी सहेली है लेकिन यह सब्र करने वालों को नसीब होती है।

☆ अपने से बड़ों को इस तरह मत पुकारो जैसा कि तुम आपस में एक दूसरे को पुकारती हो।

☆ सच को इख़्तियार करो सच बोलना नेकी का रास्ता दिखाता है और नेकी जन्नत में ले जाती है।

☆ मुसलमान बहन से मुसकुरा कर बात कर लेना भी सदक़ा है।

☆ मुसलमान औरतों को अस्सलामु अलैकुम कहा करो और जब दूसरी औरत अस्सलामु अलैकुम कहे तो जवाब में वअलैकुम अस्सलाम व रहमतुल्लाह कहा करो।

☆ तुम को चाहिये कि भलाई को अल्लाह का फ़ज़ल और बुराई को अपने आमाल की शामत समझो।

☆ माफ़ी और सुलह का बहुत बड़ा सवाब है।

☆ वादा करते वक़्त इनशाअल्लाह ज़रूर कह लिया करो और अगर भूल जाओ तो याद आने पर कह लिया करो।

☆ हया और ईमान साथ-साथ हैं जब एक चीज़ गई तो समझो कि दूसरी भी गई।

☆ अल्लाह तआला तकब्बुर करने वाली को पसन्द नहीं करता और उस का ठिकाना जहन्नम होगा।

☆ ज़मीन पर अकड़ कर न चलो क्योंकि तुम अपनी इस तकब्बुराना चाल से ज़मीन को नहीं फाड़ सकती।

☆ एक दूसरी को ऐब न लगाओ और न चिड़ाने वाले नाम रखो।

☆ नेक कामों में रियाकारी का होना उन अमलों को इस तरह बरबाद कर देता है जैसे बारिश पत्थर की गर्द को धो कर साफ़ कर देती है।

☆ किसी के साथ नेकी कर के एहसान मत जताओ उस से नेकी बरबाद हो जाती है।

☆ गुस्से को पी जाओ और दूसरों की ख़ताएँ माफ़ करो।

☆ सख़्त दिल और बद-मिज़ाज न बनो वर्ना कोई तुम्हारे पास नहीं आएगा।

☆ हसद से बचो क्योंकि हसद नेकियों को इस तरह खा जाता है जिस तरह आग सूखी लकड़ी को जला देती है।

☆ मज़लूम की बद-दुआ से बचो क्योंकि यह बद-दुआ शोले की तरह आसमान पर चढ़ जाती है।

☆ बदगुमानी से बचो और दूसरों के भेद न टटोलो।

☆ एक दूसरे की ग़ीबत न करो न ही किसी पर तुहमत लगाओ।

☆ खुदा की बदतरीन मख़लूक़ चुग़लख़ोर है।

☆ ग़ीबत और चुग़लख़ोरी दोनों ईमान को इस तरह झाड़ देती हैं जिस तरह कोई चरवाहा पत्तों वाली डाली को झाड़ देता है।

☆ दो औरतें तीसरी को छोड़ कर आपस में सरगोशी न करें क्योंकि ऐसा करने से उस को तकलीफ़ होगी और बद-गुमानी बढ़ेगी।

☆ किसी मुनाफ़िक़ या फ़ासिक़ (गुनाहगार) की तारीफ़ न करो

इस से अल्लाह तआला नाराज़ होता है।

☆ जब कोई औरत अपने मसख़रापन से दूसरी औरतों को हंसाती है तो अल्लाह तआला उस पर गुस्सा होता है और जब तक उसे जहन्नम में दाख़िल न कर ले राज़ी न होगा।

☆ मुनाफ़िक़ की चार निशानियाँ हैं-

1. जब बात करे झूट बोले
2. वादा करे तो ख़िलाफ़वर्ज़ी करे
3. किसी से झगड़ा करे तो गालियाँ दे
4. जब किसी की अमानत रखे तो उस में ख़यानत करे।

अज़ीज़ बच्चियो! यह सब बातें अल्लाह और उस के रसूल सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने हमारी बेहतरी के लिये बताई हैं ताकि हम उन पर अमल कर के दुनिया व आख़िरत में कामयाबी हासिल कर सकें इस लिये आप भी उन पर अमल कर के दोनों जहान में इज़्ज़त हासिल करें।

मुतफ़र्रिक़ मशवरे

☆ इशतिहारी तेल और ख़ुशबुएँ और ज़्यादा तेज़ क़िस्म के साबुन कम से कम इस्तेमाल करें क्योंकि इन की वजह से अकसर सर के बाल गिरने लगते हैं नज़ला ज़ुकाम रहने लगता है दिमाग़ी कमज़ोरी और नज़र की कमज़ोरी हो जाती है नारियल या सरसों का तेल और गुलाब हिना ख़स चंबेली वग़ैरा का इत्र ज़्यादा मुफ़ीद है।

☆ दाँतों की हिफ़ाज़त का ख़ास ख़याल रखें। वर्ना मुंह से बदबू आने लगेगी और दाँत गलने लगेंगे फिर पायरिया होने के साथ साथ और भी बहुत सी बीमारियाँ हो सकती हैं इस लिये ताज़ा मिसवाक या उमदा क़िस्म का टूथपेस्ट इस्तेमाल करें घटिया क़िस्म का बुर्श और घटिया टूथपेस्ट नुक़सान पहुंचाते हैं इस लिये उन्हें ख़रीदते वक़्त उम्दा क़िस्म के हासिल करें अगर दाँतों में कोई ख़राबी पैदा हो जाये तो तुरन्त दाँतों के डॉक्टर के पास जाएँ क्योंकि दाँतों के ख़राब हो जाने से दर्द वग़ैरा के अलावा ख़ूबसूरती में फ़र्क़ आ जाएगा और चेहरे की जाज़बियत कम हो जाएगी खाना खाने के बाद कुल्ली करना न भूलें और बर्फ़ वग़ैरा चबा कर या बहुत ज़्यादा गर्म ठंडी या खट्टी चीज़ें खा कर दाँतों को नुक़सान न पहुंचाएँ।

☆ आज कल लम्बे-लम्बे नाख़ुन का रिवाज हो गया है जो सरासर ग़ैर शरई है और उस से ग़ुसल में तहारत भी नसीब नहीं होती शरीअत में नाख़ुन कटवाना ज़रूरी है और इस पर अमल करें और नई तहज़ीब की बदौलत अपने ईमान को बरबाद न करें।

☆ कान की सफ़ाई न करने से बहरा होने या फोड़े फुनसी

हो जाने का डर है इस लिये कभी-कभी सरसों के तेल की फुरेरी कान में डालते रहें।

☆ क़ब्ज़ तमाम बीमारियों की जड़ है इस लिये क़ब्ज़ न होने दें इस से बवासीर भी हो सकती है अगर क़ब्ज़ की शिकायत हो तो रात को सोते वक़्त थोड़ी सी गुलकंद गर्म दूध के साथ खाएँ सुबह खुल कर पाख़ाना आ जाएगा अगर क़ब्ज़ की आदत हो जाये तो सुबह नहार मुंह एक गिलास हल्के गर्म पानी का पिया करें इस से आँतें और गुर्दे साफ़ हो जाएँगे ख़ुराक में तबदीली और ज़्यादा पानी पीने से भी क़ब्ज़ जाता रहता है।

☆ पाख़ाने या पेशाब को रोकने से तरह-तरह की बीमारियाँ पैदा हो सकती हैं इस लिये जब भी उन की ज़रूरत हो तुरन्त उन से फ़ारिग़ हो जाएँ।

☆ ग़िज़ा में फल सब्ज़ियाँ मोटे आटे और बेछने आटे की रोटी इस्तेमाल करें। खाने के बाद आधे घंटा तक पानी न पिएँ इस से गैस पैदा नहीं होती जिन औरतों को गैस की शिकायत हो वह खाने से एक घंटा पहले या एक घंटा बाद पानी पिएँ इस से गैस पैदा होना बन्द हो जाएगा।

☆ अगर खाना खाने के बाद कुछ दाने सौंफ़ के पान की तरह मुंह में रख कर चबाती रहें तो मेदे को खाना हज़्म करने में मदद मिलेगी रात को खाना कम खाना चाहिये इस से नींद सुकून के साथ आएगी बुरे ख़्वाबों से नजात मिल जाएगी और मुताला करने में परेशानी न होगी। ख़ूब भरे हुये पेट से शौहर से सुहबत करने में भी मेदे का निज़ाम ख़राब हो सकता है और कई बीमारियाँ पैदा होने का भी ख़तरा रहता है।

☆☆☆

आराम और नींद

आज कल हमारी ज़िन्दगी बिल्कुल एक मशीन की तरह बन कर रह गई है और आराम करने का मौक़ा ही नहीं मिलता। और हम ने खुद ही अपनी ज़िन्दगी के लिये तबाही के सामान पैदा कर लिये हैं। मेरी अज़ीज़ बच्चियो! शाम को रोज़ाना सेनिमा देखना बारह बजे तक टी.वी. या वी. सी. आर. के सामने बैठना वाहियात और गंदे नाविल पढ़ना नापसन्दीदा सहेलियों के झुरमुट में बैठ कर इश्क़ व मुहब्बत की बातें करना यह सब वक़्त बरबाद करने, नज़र कमज़ोर करने, दिमाग़ बेकार करने, चाल-चलन को मुशतबह कर देने, ख़यालात में हैजान और बेचैनी पैदा करने का सबब हैं इन से बचती रहें ताकि आप की ज़िन्दगी बरबाद न हो वर्ना यह फ़ुज़ूल दिलचसपियाँ ज़िन्दगी के किसी मोड़ पर ख़तरनाक भी साबित हो सकती हैं और ख़यालात में सुकून तो ख़त्म कर ही देती हैं नींद का वक़्त जाता रहता है न इशा की नमाज़ पढ़ सकती हैं न फ़ज्र की नमाज़ पर आँख खुलती है बीनाई कमज़ोर हो जाती है तरह-तरह के गंदे ख़यालात दिमाग़ में जमा होकर बेचैनी, परेशानी और उदासी का सबब बन जाते हैं। ज़िन्दगी बेमज़ा हो जाती है सुबह उदास और शाम भी उदास ही महसूस होने लगती है सारी रात भयानक ख़्वाब देखने में कट जाती है और दिन मन के लड्डू फोड़ने और सुनहरे ख़्वाब देखने में गुज़र जाते हैं। हो सकता है इस तरह की ज़िन्दगी गुज़ारने में आप को फ़िलहाल मज़ा आता हो और कभी

आप ने यह न सोचा हो कि इस ज़िन्दगी का अंजाम क्या होगा लेकिन जब घरेलू ज़िम्मेदारियाँ और मुआशरा की सख़्तियाँ बरदाश्त करने का मौक़ा आया तो आप उस में नाकाम रह कर सख़्त परेशान हो जाएँगी याद रखिये जब आप की उम्र ज़्यादा हो जाएगी तब उस बेक़ायदगी के नताइज आप पर वाज़ेह होंगे इस लिये अभी से ज़िन्दगी के मामूल में बाक़ायदगी पैदा करने की पूरी कोशिश करें और उस का एक आसान नुसख़ा यह है कि आप नमाज़ी बन जाएँ और हर नमाज़ बिल्कुल सही वक़्त पर पढ़ना शुरू कर दें इस से आप के अन्दर वक़्त की पाबन्दी मुसतक़िल मिज़ाजी और अल्लाह की मुहब्बत का जज़्बा पैदा हो जाएगा और यह चीज़ें दोनों जहानों में बेहतरी की ज़ामिन (ज़िम्मेदार) होंगी।

याद रखिये ख़यालात का असर हमारे पूरे बदन पर पड़ता है इस लिये हर वक़्त मुकम्मल सेहत और तवानाई का ख़ाका ज़ेहन में क़ायम रखें ताकि आप का जिस्म मज़बूत चुस्त रहे अगर बीमारियों का ख़याल दिल में जम गया तो फिर हक़ीक़त में बीमारियाँ घेर लेंगी और आप के शौहर भी आप से ख़फ़ा हो जाएँगे और कोई आप का इलाज कराने को तैयार न होगा। नींद लाने वाली गोलियाँ इस्तेमाल न करें यह नुक़सानदेह होती हैं हम इलाजुल अमराज़ के बाब में मुख़्तलिफ़ बीमारियों और उन के इलाज के बारे में आप की आसानी के लिये बहुत सी दवाईयाँ लिख देंगे ताकि आप उन से फ़ायदा उठा सकें।

☆☆☆

मुताला (अध्ययन) के उसूल

हज़रत इमाम ग़ज़ाली किसी जंगल में से गुज़रे जहाँ उन को डाकू मिल गये। डाकुओं को जब आप से कुछ न मिल सका तो उन्हों ने आप की किताबों का बसता ही छीन लिया आप को इस का बहुत अफ़सोस हुआ कि कोई बात अगर किताब में देखने की ज़रूरत हुई तो क्या करूँगा। आप ने बहुत ही आजिज़ी से कहा कि मेरा बसता मुझे वापस देदो क्योंकि तुम्हें इस से कुछ हासिल न होगा। डाकू आप की आजिज़ी से मुतअस्सिर हुये और यह कह कर उन्हों ने आप का बसता वापस कर दिया कि ऐसे इल्म से क्या फ़ायदा कि जब किताबें जाती रहीं तो आदमी को कुछ भी याद न रहे। इमाम साहब पर इस बात का इतना असर हुआ कि आगे आप ने तमाम ज़रूरी बातें याद कर लीं इस वाकिआ से सबक़ मिलता है कि अगर आदमी पूरी लगन और तड़प से कुछ याद करना चाहे तो बहुत ही आसानी से कर सकता है यहाँ तक कि कई बूढ़े आदमियों ने कुरआन मजीद याद कर लिया।

दिमाग़ से काम लेना चाहिये ख़ाली किताबों की मदद काम नहीं देती आप दिमाग़ से जितना काम लेंगे उतना ही उस की कुव्वत बढ़ेगी और याद-दाश्त में आसानी होगी। मुताला के लिये नीचे दिये गये उसूलों का ख़याल रखें-

☆ अपनी जिस्मानी सेहत को हर क़ीमत पर ठीक रखें।

☆ ऐसी जिस्मानी तकलीफ़ों का तुरन्त इलाज कराएँ जो आप की दिमाग़ी कमज़ोरी का सबब हो। नज़र की कमज़ोरी, मुसतक़िल सर दर्द, मुताला में दिल न लगना, सर चकराना, आँखों से पानी बहना, कानों में तकलीफ़, दाँतों की ख़राबी और बदन की कमज़ोरी वग़ैरा।

☆ मुताला से पहले हवा और बैठने की जगह का मुनासिब बनदोबस्त करें।

☆ मुक़र्ररह वक़्त पर मुताला करें।

☆ एक जगह जम कर मुताला करने की आदत डालें।

☆ अगर हो सके तो किलास में पढ़ाये जाने वाले सबक़ का मुताला अपने घर से कर के जाएँ।

☆ पूरे ध्यान और तवज्जोह से काम लें।

☆ पढ़ते वक़्त छोटे-छोटे नोट तैयार करते जाएँ जो बाद में काम आएँ।

☆ घबराहट या परेशानी के वक़्त मुताला करना ठीक नहीं होता।

☆ मुताला के वक़्त अपनी तवज्जोह को इधर उधर न होने दें।

☆ अपना काम इस निय्यत से करें कि आप को यह सीखना और याद करना है।

☆ मुताला के वक़्त यह मत सोचें कि यह काम आप उसतानी के डर से कर रही हैं। मुताला को वर्क समझ कर न करें बल्कि गेम समझ कर करें।

☆ बिला ज़रूरत ख़्वाहमख़्वाह मदद न माँगें।

☆ अपने मक़सद को हमेशा सामने रखें।

☆ नया सबक़ पढ़ने से पहले पिछले सबक़ पर सरसरी निगाह ज़रूर डाल लिया करें।

☆ पहले आसान काम करें फिर धीरे-धीरे मुश्किल काम शुरू करें।

☆ ऐसी रफ़तार से काम करती रहें जिसे आप निभा सकें ऐसा न हो कि कुछ दिन तो बड़े जोश व ख़रोश से काम करें और उस के बाद सुस्त हो जाएँ।

☆ याद करने का बेहतरीन वक़्त बिल्कुल सुबह है क्योंकि रात को सो कर उठने के बाद दिमाग़ ताज़ा हो जाता है तबीअत में शगुफ़तगी और ताज़गी पैदा हो जाती है इस लिये गुस्ल कर के नमाज़ पढ़ें और फिर किसी मुनासिब जगह पर बैठ कर कम से कम एक घंटा तक पूरी तवज्जोह के साथ अपना सबक़ याद करें तो इन्शाअल्लाह बिल्कुल याद हो जाएगा और फिर कभी नहीं भूलेगा याद रखें गुस्ल करना बिला ज़रूरत लाज़िमी नहीं है।

☆ इस ख़याल से याद करें कि जब ज़रूरत पड़ेगी तो दुहराया जाएगा।

☆ जो ज़्यादा ज़रूरी चीज़ें (Points) हों उन की तरफ़ ज़्यादा ध्यान दें।

☆ ज़्यादा देर तक मुताला करने की आदत डालें ताकि ख़ूब दिल लगा कर मेहनत करने की आदत पैदा हो जाए मगर जब थकावट महसूस होने लगे तो मुताला ख़त्म कर के खेल कूद या सैर व तफ़रीह या किसी दूसरे काम में मशग़ूल हो जाएँ ताकि थकावट दूर हो जाये और दिमाग़ कमज़ोर न होने पाये।

☆ मुताला करते वक़्त मुफ़ीद और ज़रूरी बातों पर निशान लगाते जाएँ यह जब करे कि किताब अपनी हो क्योंकि दूसरों की किताब को गंदा करना मुनासिब नहीं है यह निशानज़दा इबारतें आप को दूसरी बार याद करते वक़्त बहुत काम देंगी और याद-दाश्त में आसानी पैदा होगी।

☆ एक पैरागराफ़ या मौज़ू ख़त्म करने के बाद उस के मतलब को अपने अलफ़ाज़ में दुहराएँ ताकि ज़रूरी बातें याद हो जायें बात को समझ कर ज़ेहम में बिठाना और फिर अपने अलफ़ाज़ में उसे बयान करना मुताले का असल मक़सद है और तोते की तरह रट लेना (घोटा लगाना) बिल्कुल बेफ़ायदा है क्योंकि अगर इस में कुछ सतरें भूल जाएँ तो सारा सबक़ ही भूल जाता है।

☆ इसतलाहात और तारीफ़ों को याद कर लीजिये। पहाड़े गुर और उसूल भी याद करने चाहिये क्योंकि इन के बग़ैर काम नहीं चल सकता फ़ारमूले याद होने की वजह से सारे सवालात हल किये जा सकते हैं।

☆ किसी चीज़ को याद करने के लिये हिस्सों में तक़सीम कर के याद करना इसे पूरे का पूरा याद करने से ज़्यादा बेहतर है।

☆ याद करते वक़्त बुलंद आवाज़ से पढ़ना ज़्यादा मुफ़ीद है।

☆ उसतानी का लेक्चर सुनते वक़्त अगर कुछ नोट लिखने की ज़रूरत महसूस हो तो मुख़तसर नोट लिखें ताकि लेक्चर सुनने से महरूम न रह जाएँ।

☆ याद किये हुये सबक़ को कभी-कभी जवाब की सूरत में लिखती रहा करें ताकि लिखने की मश्क़ के साथ-साथ ख़यालात को जमा करने और उन को तर्तीब देने की मश्क़ भी होती रहे।

☆ अच्छी लिखावट का ख़ास ख़याल रखें क्योंकि यह तालिब इल्म का ज़ेवर है।

☆ अपनी कुव्वते तहरीर व तक़रीर को हमेशा बढ़ाती रहें इस के लिये मश्क़ की ज़रूरत है।

☆ अगर दो तालिबात एक दूसरे के सामने अपना-अपना सबक़ सुनाएँ तो दोनों को याद हो जएगा। यह बहुत आसान मुफ़ीद और बेहतर तरीक़ा है।

☆ बादाम खाया करें इस से याद-दाश्त बढ़ती है और दरूद शरीफ़ पढ़ा करें इस से बरकत होती है और ज़ेहन में ताज़गी पैदा होती है।

अमल से ज़िन्दगी बनती है

अज़ीज़ बच्चियो! याद रखिये अगर आप के दिल व दिमाग़ पर नेकी, हमदर्दी, ख़ैरख़ाही, फ़य्याज़ी, दियानतदारी, सच्चाई, मेहनत और ख़ुशी के ख़यालात नक़्श होते रहे तो आप ज़िन्दगी में यक़ीनन कामयाबी और मसर्रत से खेलती रहेंगी इस लिये ज़िन्दगी के आला मक़सद (अल्लाह और उस के रसूल की ख़ुशनूदी) को दीनी और दुनियावी सआदतों और सरबुलंदियों को हमेशा ध्यान में रखें। अपनी हैसियत और ज़िम्मेदारी को अच्छे तरीक़े से निभाने के लिये ख़ूब तैयारी के साथ कोशिश करती रहें क्योंकि आप की वजह से घर जन्नत की मिसाल बन सकता है। दो घरानों यानी सुसराल और मैके में ख़ुशी और बेहतरीन तअल्लुक़ात इसतवार हो सकते हैं। शौहर को दुनिया की हर मुश्किल का मुक़ाबला करने की हिम्मत और जुरअत मिल सकती है औलाद नेक और कामयाब होगी। पास पड़ोस के लोग आप की इज़्ज़त करेंगे। फिर भी अगर कोई वाक़िआ या हादसा आप के रास्ते में रुकावट बन कर खड़ा हो जाये तो उस से घबराने की ज़रूरत नहीं है और न ही ख़यालात को परेशान करने की ज़रूरत है बल्कि सब्र हौसले और इसतिक़लाल से काम लेने की ज़रूरत है ऐसा न हो कि आप घबरा जाएँ। सीधी राह को छोड़ दें और शैतान आप पर क़ाबू पा कर आप को गुमराह कर दे बल्कि आप उन हालात में ख़ुदा के हुज़ूर ज़्यादा आजिज़ी और ख़ाकसारी से दुआ करती रहें वह बड़ा मेहरबान है सुनने देखने

और सब कुछ जानने वाला है वह अपने कमज़ोर बन्दों पर हमेशा रहम करता है वह आप की रहनुमाई करेगा और उस मुश्किल से नजात देगा। आहें भरने या शिकवा व शिकायत क़रने से और ज़्यादा परेशानी बढ़ेगी और हासिल कुछ भी न होगा बहुत सी औरतों को आप ने देखा होगा कि हमेशा शिकायतें और नाशुक्री में अपना वक़्त गुज़ारती हैं, हालाँकि इस तरह करने से अपनी ज़िन्दगी और भी अजीरन और मुश्किल बना लेती हैं। ज़रूरत सब्र और शुक्र करने के लिये हालात को तबदील करने के लिये अमल व तदबीर इख़्तियार करने और ख़ुदा से मदद चाहने की है क्योंकि कामयाबी के लिये यह ज़मानत हैं इस सिलसिले में कुछ बातों का ख़ास ख़याल रखें।

☆ अपने दिल व दिमाग़ और तमाम सलाहियतों को हमेशा नेक ख़यालात और अच्छे कामों में मशग़ूल रखें।

☆ ज़िन्दगी में इस क़दर काम कीजिये कि बुरे ख़यालात सोचने और रंज व ग़म से परेशान होने की फ़ुरसत ही न मिले।

☆ जो औरत किसी न किसी काम में मशग़ूल (Busy) रहती है उस पर रंज व ग़म और परेशानियाँ ज़्यादा असर नहीं करतीं लेकिन बेकार रहने वाली औरत या तो बीमार होगी या बदकार क्योंकि ख़ाली दिमाग़ शैतान का अड्डा बन जाता है।

☆ सुबह व शाम अपने ख़यालात और आमाल का हिसाब करती रहें।

☆ सोते वक़्त दिन भर की कारगुज़ारी और ख़यालात का अंदाज़ा कीजिये ताकि उन से आप को पता चल जाये कि आप ने कितने गुनाह किये कितनी ग़लतियाँ कीं और कितनी नेकियाँ कीं। पसती और कमज़ोरी के कौन कौन से ख़यालात जमा हुये और

उमदा ख़यालात को कितना वक़्त मिला।

☆ फिर गुनाहों की माफ़ी माँगये और कमज़ोरियों को दूर करने का पुख़्ता वादा कीजिये।

☆ दूसरों की इज़्ज़त कीजिये तो आप की इज़्ज़त होगी।

☆ बुरी सुहबत से तनहाई बेहतर है और गंदी बात-चीत से ख़ामोशी फ़ायदामंद है।

☆ किसी की बेबसी पर हर्गिज़ न हंसिये ख़ुदा जानता है शायद किसी वक़्त आप भी बेबस हो जाएँ।

☆ नादान सहेली से दूर रहना बेहतर।

☆ माँ बाप हुस्न और जवानी ज़िन्दगी में एक ही बार मिलते हैं इस लिये उन की क़द्र करें और इन नेमतों के लिये ख़ुदा का शुक्र अदा करें।

☆ अपनी ख़्वाहिशात और ज़रूरियात को जितना कम कर सकें ज़रूर करें क्योंकि इस में बेहतरी और ख़ुशहाली का राज़ है।

☆ निसाबी किताबों के अलावा जो दूसरी बेहतरीन किताबें या रिसाले पढ़ें उन की एक फ़ेहरिस्त तैयार करती रहें जो बातें आप को पसन्द आएँ उन को एक कापी में लिखती जाएँ ताकि जब आप उम्र में बड़ी हो जाएँ तो उन पसन्दीदा तहरीरों का मजमूआ छपवा सकें जिस से आप की नेकनामी और शुहरत बढ़ेगी और पढ़ने वालों को उस से फ़ायदा पहुंचेगा और इस तरह आप को उम्र के साथ-साथ बेहतरीन और मुफ़ीद किताबें पढ़ने का शौक़ पैदा होगा।

☆☆☆

हलाल रिज़्क़

अगरचे इस बात का तअल्लुक़ ज़्यादातर मर्द से है लेकिन इस में सब से ज़रूरी बात यह है कि अगर आप अपने शौहर को हराम कमाने से रोक दें और हराम कमाई करने से इन्कार कर दें तो इस से आप के शौहर की बहुत सी मुश्किलात ख़त्म हो सकती हैं। यक़ीन जानिये हलाल रोज़ी कमाने और सादा ज़िन्दगी गुज़ारने में एक ऐसा सुकून मिलता है और ऐसी दिली ख़ुशी नसीब होती है जिस का अंदाज़ा करना उन लोगों के लिये नामुम्किन है जिन का मक़सद ही हराम कमाना और ऐश व इशरत में डूबे रहना है।

क़ुरआन मजीद में इरशाद है।

"खाओ उन हलाल और पाकीज़ा चीज़ो में से जो अल्लाह तआला ने तुम को रोज़ी के तौर पर दी हैं और डरो अल्लाह तआला से कि जिस पर तुम यक़ीन रखते हो"

हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया:

"जिस ने हलाल रोज़ी कमाई और उस से अपने बाल बच्चों की परवरिश की उस की मिसाल हज़रत मूसा की माँ जैसी है जिस ने अपने ही बच्चे की परवरिश की और फ़िरऔन से मज़दूरी पाई"

यानी हलाल रोज़ी कमाने का सवाब भी मिलेगा और बच्चों की परवरिश करने का भी सवाब मिलेगा। यह भी याद रखिये जिन बच्चों की परवरिश आप हलाल कमाई से करेंगी वह काम भी हलाल

के ही करेंगे यानी नेक होंगे फ़रमाबरदार होंगे और दुनिया व आख़िरत में दरजात हासिल करने वाले बनेंगे इस के बरअक्स जिन बच्चों की परवरिश हराम की कमाई से की जाएगी वह सब बदमाश, निकम्मे, बदकिरदार और अय्याश होंगे और दुनिया और आख़िरत में किसी अज्र के हक़दार न होंगे। ज़िन्दगी में सब से ज़रूरी काम हलाल कमाना है इस पर ख़ुद भी पाबन्द रहें और अपने शौहर को साफ़ अलफ़ाज़ में बता दें कि मेरे घर में हराम कमाई का पैसा नहीं आएगा इस की एक सूरत यह भी है कि अप उतनी ही माँग अपने शौहर से करें जिन को वह अपनी हलाल कमाई के अन्दर रख कर पूरा कर सकता हो लेकिन अगर आप ने फ़रमाइश की भरमार कर दी और ऐश व इशरत और शान व शौकत की ज़िन्दगी बसर करने का इरादा कर लिया और उन के इख़राजात पूरा करना हलाल कमाई से मुमकिन न हुआ तो फिर आप का शौहर हराम कमाने पर कमर बाँध लेगा याद रखिये कुरआन मजीद में इरशादे ख़ुदावंदी है।

"जो शख़्स दुनिया की ज़िन्दगी और दुनिया की रौनक़ को चाहेगा हम उस के आमाल का पूरा पूरा बदला देंगे और उन को दुनिया में कुछ भी नुक़सान न दिया जाएगा और यह वह लोग हैं जिन के लिये आख़िरत में जहन्नम के सिवा और कुछ नहीं और दुनिया में उन्हों ने जो कुछ किया वह सब मिट जाएगा और जो कुछ वह किया करते थे वह सब बातिल हो जाएगा"

हराम कमाई से सदक़ा, ज़कात, ख़ैरात, कुर्बानी हज वग़ैरा कुछ भी नहीं हो सकता क्योंकि यह बातें तो सिर्फ़ उसी सूरत में कुबूल होती हैं जबकि उन के लिये हलाल कमाई से पैसा ख़र्च किया जाये।

☆☆☆

रौशन और शादमाँ चेहरे

दुनिया में हर शख़्स की यह ख़्वाहिश होती है कि उस का चेहरा खुबसूरत शादमाँ और रौशन नज़र आये और इस मक़सद के लिये हर शख़्स अपनी-अपनी समझ के मुताबिक़ काम लेता है। औरतें आला क़िस्म की क्रीम, पावडर, ख़ुशबू, ग़ाज़ा वग़ैरा इस्तेमाल करती हैं अगरचे ज़ाहिर में उन से चेहरा ख़ूबसूरत नज़र आता है लेकिन आहिस्ता-आहिस्ता चेहरे की जिल्द ख़राब होने लगती है और फिर क्रीम पावडर से भी बात नहीं बनती सेहत व तन्दुरुस्ती की तरफ़ ज़्यादा तवज्जोह देना भी चेहरे को पुरकशिश बनाता है लेकिन हम आप को एक आसान नुस्ख़ा बताते हैं जिस से आप का चेहरा रौशन, पुरकशिश और नूरानी हो जाएगा और उम्र बढ़ने के साथ-साथ आप के चेहरे की कशिश और जाज़बिय्यत ज़्यादा होती जाएगी इस की तफ़सील नीचे दी जा रही है-

☆ रोज़ाना सुबह सुबह नमाज़ के बाद कुरआन मजीद की तिलावत करें क्योंकि कुरआन मजीद अल्लाह पाक का कलाम है और उस में एक ऐसा नूर है जो आप के चेहरे को नूरानी बना देगा चुनाचे तिलावते कुरआन मजीद की बदौलत आप का चेहरा ऐसा रौशन और चमकदार हो जाएगा कि दुनिया का कोई पावडर या ग़ाज़ा ऐसा नहीं कर सकता।

☆ नमाज़ें बाक़ायदा और पाबन्दी से पढ़ती रहें और ज़्यादा से ज़्यादा सजदे क़िया करें क्योंकि हुज़ूर नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि

वसल्लम ने फ़रमाया है कि इन्सान रब के सब से ज़्यादा क़रीब उस वक़्त होता है जब वह सजदे में होता है चूंकि अल्लाह पाक नूर है और नमाज़ और सजदे की बदौलत हर कोई उस नूर के ज़्यादा क़रीब पहुंच सकता है इस लिये जब बार-बार नूर के क़रीब पहुंचता रहेगा तो धीरे-धीरे उस का चेहरा नूरानी होने लगेगा।

☆ अपने दिल में अल्लाह को ज़्यादा से ज़्यादा याद करती रहें ताकि दिल अल्लाह की मुहब्बत से भर जाये फिर जब अल्लाह की मुहब्बत का नूर आप के दिल को रौशन करेगा तो आप का चेहरा ख़ुदबख़ुद रौशन होने लगेगा आप ने देखा होगा कि बर्क़ी लेम्प (कुमकुमा) यानी बल्ब जब रौशन होता है तो उस का शेड (Shade) यानी ढकना भी रौशन होने लगता है। इस तरह जब आप का दिल रौशन होगा तो आप का चेहरा भी यक़ीनन रौशन होगा।

☆ अपने माँ बाप बुज़ुर्गों वलियों और नेक औरतों व मर्द को मुहब्बत और एहतराम की निगाह से देखा करें इस से भी आप का चेहरा रौशन होगा। यह बातें हम आप को इस लिये बता रहे हैं कि आप अभी से उन पर अमल करना शुरू कर दें ताकि उम्र के साथ-साथ आप के चेहरे की रौनक़ बढ़ जाये याद रखिये अगर आप ने नमाज़ और तिलावत को छोड़ दिया माँ बाप और बुज़ुर्गों की इ़ज़्ज़त न की और अपने दिल में ख़ुदा की मुहब्बत के बजाये दुनिया के मुख़तलिफ़ महबूबों को जगह दी तो फिर आप चाहे कितने ही ग़ाज़े और पावडर इस्तेमाल करें आप के चेहरे पर नहुसत तारी हो जाएगी और जूँ-जूँ आप की उम्र बढ़ेगी यह नुहूसत भी बढ़ती रहेगी। यहाँ तक कि बुढ़ापे में आप का चेहरा बहुत ज़्यादा भयानक और डरावना दिखाई देगा। क्या आप ने अपने आस पास नहीं देखा है कि नेक लोग बुढ़ापे में भले मालूम होते हैं उन के चेहरों को

देखने से ख़ुशी और उन की बातों में मिठास महसूस होती है जबकि ग़ाफ़िल, बदकार और हराम कमाई खाने वालों के चेहरे करीह और मनहूस हो जाते हैं।

याद रखिये इबादत एक नूर है हलाल रिज़्क़ उस को बढ़ाता है यह नूर चेहरे को रौशन करता है और उस पर मसर्रत और ख़ुशी की लहरें दौड़ाता है ज़िन्दगी की मुशकिलात का मुक़ाबला करने के लिये आप को उस से इबादत का नूर हासिल करना चाहिये ताकि उस से आप को तवानाई (Energy) मिले और आप मुसकुराती हुई हर मुश्किल का मुक़ाबला करें आप का चेहरा पुरसुकून दिखाई दे और लोग आप की तारीफ़ करें।

हज़रत अब्दुल्लाह इबने मसऊद ने बयान फ़रमाया कि मैं ने नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम से पूछा कि सब कामों में अल्लाह जल्ला शानहू को कौन सा काम ज़्यादा पसन्द है? तो आप ने फ़रमाया वक़्त पर नमाज़ पढ़ना। मैं ने अर्ज़ किया उस के बाद कौन सा अमल अल्लाह तआला को सब आमाल से ज़्यादा महबूब है? आप ने फ़रमाया माँ बाप के साथ अच्छा सुलूक करना मैं ने अर्ज़ किया उस के बाद कौन सा अमल अल्लाह जल्ला शानहू को सब आमाल से ज़्यादा प्यारा है आप (सल्ल०) ने फ़रमाया अल्लाह की राह में जिहाद करना।

हज़रत अबू हुरैरा रज़ि० से रिवायत है कि एक शख़्स ने हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम से पूछा कि रिश्तादारों में से हुसने सुलूक का सब से ज़्यादा मुसतहिक़ कौन है उस के जवाब में हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि तुम्हारी माँ हुस्ने सुलूक की सब से ज़्यादा मुसतहिक़ है। उस ने पूछा फिर कौन? आप ने फ़रमाया तुम्हारी माँ। सवाल करने वाले ने अर्ज़ किया फिर कौन

आप ने फ़रमाया तुम्हारा बाप।

हज़रत अब्दुल्लाह इबने उमर से रिवायत है कि हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि अल्लाह की रज़ामंदी माँ बाप की रज़ामंदी में है।

माँ बाप की शुक्रगुज़ारी करना लाज़िमी है इस लिये उन्हें हमेशा खुश रखने की कोशिश की जाये अगर उन की कोई बात नापसन्द हो तो भी उफ़ न कहें क्योंकि खुद अल्लाह पाक ने फ़रमाया है।

"अगर उन (माँ बाप) में से एक या दोनों तुम्हारे सामने बुढ़ापे को पहुंच जाएँ तो तुम उन को उफ़ तक न कहो और न उन्हें झिड़कियाँ दो"।

☆ याद रखिये। अगर आप अपने माँ बाप की ख़िदमत करेंगी तो आप की औलाद आप की ख़िदमत करेगी और अगर आप ने अपने माँ बाप को परेशान किया तो आप की औलाद आप को परेशान करेंगी ग़र्ज़ कि जैसा करेंगी वैसा भरेंगी।

☆ हुज़ूर सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का फ़रमान है-

"जो आदमी यह चाहता है कि उस की उम्र लम्बी की जाये और उस की रोज़ी में कुशदगी हो तो उसे चाहिये कि अपने माँ बाप के साथ भलाई करे और सिलारहमी करे"।

(सिलारहमी का मतलब है अपने रिश्तादारों से अच्छा सुलूक करना)

☆ अपने माँ बाप की ख़िदमत खुशदिली के साथ कीजिये और अगर कभी उन की तरफ़ से कोई ज़्यादती भी हो जाये तो उसे सब्र से बरदाश्त करें और उन के एहसानात को याद रखें।

☆ अपने माँ बाप के लिये दुआ भी करतीं रहें और उन के लिये अल्लाह पाक से रहम व करम माँगती रहें। अल्लाह पाक ने फ़रमाया है।

"और दुआ करो कि ऐ परवरदिगार उन पर रहम फ़रमा जिस तरह उन दोनों ने बचपन में मेरी परवरिश की थी तू भी उन की परवरिश फ़रमा"

☆ माँ बाप की वफ़ात के बाद उन के लिये मग़फ़िरत और बख़्शिश की दुआ किया करें।

हुज़ूर नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का इरशाद है।

"जब कोई आदमी मर जाता है तो उस के अमल की मुहलत ख़त्म हो जाती है सिर्फ़ तीन चीज़ें ऐसी हैं (जो मरने के बाद भी फ़ायदा पहुंचाती हैं) एक सदक़ा जारिया। दूसरे उस का (फैलाया हुआ) इल्म जिस से लोग फ़ायदा उठाएँ तीसरे वह नेक औलाद जो उस के लिये मग़फ़िरत की दुआ करती रहे।

☆ माँ बाप के वह वादे जो उन्हों ने दूसरों से किये थे पूरे कीजिये और बाप के दोस्तों और माँ की सहेलियों से अच्छे सुलूक से पेश आएँ और उन का एहतराम करें।

☆ अगर ज़िन्दगी में माँ बाप की ख़िदमत और अताअत में कोई कमी रह गई हो तो उन के मरने के बाद उन के हक़ में बहुत दुआएँ करते रहें और उन के नाम पर सदक़ा व ख़ैरात भी करती रहें। हुज़ूर नबी अकरम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम का इरशाद है

"अगर कोई ख़ुदा का बन्दा ज़िन्दगी में माँ बाप का नाफ़रमान रहा और माँ बाप में से किसी एक का या दोनों का इस हाल में

इनतिक़ाल हो गया तो अब उसे चाहिये कि वह अपने माँ बाप के लिये बराबर दुआ करता रहे और ख़ुदा से उन की बख़्शिश की दरख़्वास्त करता रहे यहाँ तक कि ख़ुदा उस को अपनी रहमत से नेक लोगों में लिख दे।

☆ जो शख़्स अपने माँ बाप का नाफ़रमान है उस की इबादत कुबूल नहीं होती जब तक कि उन को राज़ी न करे।

बीमारियाँ और उन का इलाज

ज़िन्दगी में दुख सुख का साथ है अगर तन्दुरुस्ती है तो बीमारी भी पैदा हो सकती है इस लिये हम आप के फ़ायदा के लिये कुछ मख़सूस बीमारियों और उन के इलाज का ज़िक्र करते हैं ताकि आप को हर वक़्त लेडी डॉक्टर के पास न जाना पड़े हम ने तरीक़-ए-इलाज में से होमियोपैथी को इस लिये पसन्द किया है कि यह दूसरे तरीक़ों से सस्ता इलाज है इस की दवाओं के बुरे असरात (Side effects) न होने के बराबर हैं और इन दवाओं का इस्तेमाल बहुत आसान है आज-कल हर बड़े शहर में होमियोपैथिक दवाओं के स्टोर और होमियो डॉक्टर बल्कि लेडी डॉक्टर भी मौजूद हैं उन से दवाएँ आसानी से मिल सकती हैं। औरतों की मख़सूस बीमारियों में माहवारी की ख़राबी, लेकोरिया और हिस्टिरया ज़्यादा तकलीफ़देह हैं इस लिये हम उन पर ज़्यादा रौशनी डालेंगे।

हैज़ की ख़राबियाँ जैसा कि आप गुज़िश्ता सफ़हात में पढ़ चुकी हैं हर महीने औरत की पेशाब के रास्ते से पाँच-छः दिन के लिये खुन आया करता है उसे हैज़, माहवारी या मेनसेज़ वग़ैरा कहते हैं अगर यह ख़ून मुक़र्ररह दिनों में बग़ैर दर्द के मुनासिब मिक़दार में आता रहे तो औरत की सेहत भी ठीक रहेगी और उस के औलाद भी पैदा हो सकती है लेकिन अगर इस में नुक़्स पैदा हो जाये तो सेहत भी ख़राब रहेगी और औलाद का पैदा होना भी

मुहाल हो जाएगा। हैज़ में ख़राबी दो क़िस्म की होती है या तो ज़्यादा ख़ून आता है या बहुत कम आता है लेकिन दर्द बहुत होता है और कमर कूल्हे और रानें सब दर्द की लपेट में आ जाती हैं इन दोनों के इलाज नीचे लिखे जा रहे हैं।

हैज़ का कम आना गोसीपियम मदर टिंकचर Gossypium-Q 30 मिली लीटर की शीशी लेकर रख लें और जब ऐसी तकलीफ़ हो उस दवा के 20 क़तरे दो घूंट मामूली गर्म पानी में डाल कर हर दो घंटा के बाद पिएँ इनशाअल्लाह पहली या दूसरी ख़ुराक से ही तकलीफ़ दूर हो जाएगी इस से दर्द भी कम हो जाएगा और हैज़ भी खुल जाएगा अगर हैज़ तो ठीक आ रहा है लेकिन दर्द बहुत ज़्यादा है तो भी इस दवा के 10-10 क़तरे पानी में मिला कर दो बार पिएँ लेकिन फिर इस सूरत में ज़्यादा बेहतर यह है कि आप मैगनीशा फ़ास (Magnesia phos) 6 की पाँच-पाँच गोलियाँ मामूली गर्म पानी से हर घंटा के बाद तीन बार खाएँ दर्द बन्द हो जाएगा।

हैज़ का ज़्यादा आना अगर हैज़ ज़्यादा आने लगे तो मिली फ़ोलम मदर टिंकचर (Milifolium-Q) के 20 क़तरे दो घूंट पानी में मिला कर दो-दो घंटा के वक़्फ़ा से तीन बार पी लें ख़ून कम हो जाएगा यह मिली फ़ोलम ऐसी दवा है कि इस से नकसीर का ख़ून भी बन्द हो जाता है।

हैज़ का बेक़ायदा आना यानी कभी कम आ गया कभी ज़्यादा आने लगा कभी दिनों में फ़र्क़ आ गया कभी मुक़र्ररह दिनों से पहले कभी बाद में आया कभी थोड़े दिन तक रहा कभी ज़्यादा दिनों तक जारी रहा ऐसी सूरत में हैज़ से फ़ारिग़ होकर आप अशोका मदर टिंकचर (Asoka-Q) के आठ-आठ क़तरे दो घूंट पानी में मिला कर 20-20 दिन तक पिया करें दिन में तीन बार यानी सुबह दोपहर

शाम खाने के डेढ़ घंटा बाद अगर उस दौरान हैज़ शुरू हो जाये तो उतने दिनों तक यह दवा बन्द कर दें फिर उस के बाद शुरू करें।

लेकोरिया इसे सैलानुर्रहम भी कहते हैं उरफ़े आम में पानी पड़ना बोलते हैं। इस में पेशाब के रास्ते से सफ़ेद, लेसदार गंदगी निकलती रहती है इस के लिये नेट्रम मयूर (Nitrumm mur 30x) 30 काली मयूर (Kalimur 30x)30 कलकेरिया फ़ास 30 (Calcarea phos 30x) 30-30 ग्राम की शीशियाँ ख़रीद कर रख लें और उन में और उन में से हर एक की चार-चार गोलियाँ यानी कुल 12 गोलियाँ सुबह दोपहर और रात को सोते वक़्त पानी से खाया करें। 20-25 दिन तक खाने से लेकोरिया ख़त्म हो जायेगा लेकोरिया के दौरान ज़्यादा चावल और खट्टी चीज़ों से परहेज़ करें। लेकोरिया होने की सूरत में नमाज़ पढ़ी जा सकती है लेकिन बेहतर यह है कि शलवार के उस हिस्सा को पानी से धो कर साफ़ कर लिया जाये इस में ग़ुस्ल की ज़रूरत नहीं होती।

हिस्टिरया- इस की पहचान यह है कि गले में एक गोला फंसता हुआ महसूस होता है, मुंह से कभी-कभी कफ़ निकलने लगता है हाथ पावँ मुड़ जाते हैं बेहोशी तारी हो जाती है और लोग समझते हैं कि जिन्न आ गया है हालाँकि यह हिस्टिरया की निशानी है इस की वुजूहात में से चन्द एक यह हैं-

1. शौहर से राज़ी न होना, शौहर से जिन्सी तसकीन हासिल न होना, सास या नन्द या देवर वग़ैरा से झगड़ा रहना। जिस घर में रहे उस में किसी की सूरत से नफ़रत हो जाना।

कुछ औरतें बहुत ज़्यादा हस्सास (Sensetive) होती हैं लेकिन कुछ नागुज़ेर हालात में ज़िन्दगी के सदमात ख़ामोशी से सहती रहती हैं अपना हाल किसी से नहीं कह सकतीं तनहाई में बैठ कर अपनी

बद-क़िस्मती और अपने और ग़ैरों के मज़ालिम पर कुढ़ती रहती हैं आप उन की इस ज़ेहनी कैफ़ियत का अंदाज़ा उन की ठंडी आहों से आसानी के साथ कर सकते हैं और हर वक़्त ठंडी आहें भरती रहती हैं अपना ग़मे दिल किसी को नहीं सुनाती इस लिये इस ख़ामोश ग़म की वजह से उन पर हिस्टिरया की निशानी ज़ाहिर हो जाती है इन हालात में उनहें इगनेशिया 30 (Ignatia 30) की 6-6 बूंद थोड़े पानी में मिला कर दिन मे तीन बार पिलाया करें। कुछ दिनो के इस्तेमाल से यह कैफ़ियत जाती रहेगी अगर कभी फिर दौरा पड़ने की हालत हो जाये तो यही दवा दुहराएँ अगर केस पुराना हो जाये यानी देर से ऐसा हो रहा हो तो फिर इगनेशिया 200 (Ignatia 200) इस्तेमाल करें और उस की पाँच-पाँच बूँद दो घूँट पानी में मिला कर सुबह व शाम कुछ दिनों तक पिलाएँ इन्शाअल्लाह पूरी तरह से आराम होगा। ऐसी औरतों को 20-25 दिन तक आलफ़ास जिसे फ़ायूफ़ास भी कहते हैं खिलाएँ यानी (Allphos 12x) की 30 ग्राम की शीशी बल्कि अकूल लेस और उस में से पाँच-पाँच गोलियाँ सुबह नहार और रात को सोते वक़्त पानी से खिलाया करें इस से आसाब मज़बूत होंगे और कुव्वते इरादी को तक़वियत मिलेगी।

आम कमज़ोरी अगर आप का रहम कमज़ोर है या निज़ामे हज़्म ठीक नहीं है या आप बिल्कुल दुबली पतली हैं चेहरे का रंग पीला दिमाग़ और जिस्म थका-थका सा रहता है ज़िन्दगी की ख़ुशियाँ अच्छी नहीं लगतीं सैलानुर्रहम हो गया है भुस की सूरत पैदा हो गई है (यानी चेहरा और आँखें पीली हो रही हैं) भूक नहीं लगती या दो-चार लुक़मे खाने से पेट में वज़न और गैस महसूस होने लगती हैं या हैज़ में मामूली गड़बड़ रहती है या बेऔलाद हैं तो आप

औरतों का सब से बड़ा होमियोपैथिक टानिक एलेटर्स फ़ेरस और टिंकचर Aletristerindsa-Q इस्तेमाल करें यानी इस की 10-10 बूंद सुबह दोपहर शाम दो घूंट पानी में मिला कर खाना खाने के आधा घंटा बाद पिया करें 30 मिली लीटर की शीशी पी लेने से आप को इन्शाअल्लाह सेहत की बहाली और खुशी का यक़ीन हो जाएगा यह बहुत अच्छी दवा है।

मोटापा यह भी बड़ी मुसीबत है और आज कल आरामतलबी की ज़िन्दगी गुज़ारने वरज़िश न करने और उमदा खाने की वजह से औरतों में मोटापे की बीमारी बढ़ गई है जिस से शुगर या बिलडप्रेशर भी हो सकता है इस लिये जहाँ तक हो सके हल्की वरज़िश, मेहनत का काम, ग़िज़ा में नशास्तादार और चर्बीले खाने कम करने से वज़न में कमी आती जाएगी डाईटिंग करें खुराक कम खाएँ या एक वक़्त का खाना बन्द कर दें और दवा के तौर पर फ़ाईटोलेगा ड्राप्स (Phytol cch-Drops) की छः छः बूँद दो घूंट पानी में मिला कर दिन में तीन बार पिया करें इन्शाअल्लाह आहिस्ता-आहिस्ता फ़ालतू चर्बी कम हो जाएगी लेकिन मोटापे को कम करने के वहम में ऐलोपैथिक डॉक्टरों की तेज़ दवाएँ न खाएँ वर्ना नुक़सान होगा।

कम ख़्वाबी...... अगर किसी वजह से बिल्कुल नींद न आये पेसीफ़्लोरा (Passiflora-Q) की 20 बूंद रात को सोते वक़्त पानी में मिला कर पी लें कुछ दिनों के बाद खुदबखुद नींद आने लगेगी अगर दिन में किसी वक़्त दिमाग़ में परेशानी बढ़ जाये और सुकून की ज़रूरत हो तो दो दवाएँ ऐसी हैं जिन से आप बेचैनी परेशानी और धबराहट से नजात हासिल कर सकती हैं या इगनेशिया 30 की

तीन खुराकें (5-5 बूँद पानी में मिला कर) घंटा-घंटा बाद पिएँ या पेसीफ़्लोरा की 20-20 बूँद पानी में मिला कर दो-दो घंटा बाद पिएँ एक या दो खुराक से सुकून हो जाएगा।

हमल के दौरान...... अगर आप हमल के दौरान कालीफ़ास (Kaliphos-6x) 6 की तीन-तीन गोलियाँ रोज़ाना सुबह दोपहर शाम पानी से खाती रहें तो इन्शाअल्लाह हमल के दौरान कोई पेचीदगी या तकलीफ़ पैदा न होगी।

वज़ुअे हमल...... ऐन वज़ुअे हमल के दौरान कालीफ़ास की 10-10 गोलियाँ गर्म पानी से 15-15 मिनट के वक़्फ़ा के बाद खाएँ इन्शाअल्लाह बच्चा आसानी से पैदा हो जाएगा।

आम बीमारियों में इस्तेमाल होने वाली दवाएँ

सिर दर्द...... बेलाडोना 30 (Belladona-30) 5-5 बूँद पानी में मिला कर तीन या चार बार

कै...... इपीकाक 30 (Ipecaue-30x) 5-5 बूँद पानी में मिला कर पन्दरह या बीस मिनट के वक़्फ़ा के बाद यहाँ तक कि उल्टी बन्द हो जाये और मतली का एहसास जाता रहे।

क़ब्ज़...... रात को सोते वक़्त नक्स वामिका 30 की छः बूँद पानी में मिला कर रोज़ाना पिया करें कुछ दिनों के इस्तेमाल से क़ब्ज़ जाता रहेगा।

ख़ारिश या हाथ पावँ और सर में जलन......सलफ़र 30 (Sulphur-30) इस की छः बूँद पानी में मिला कर सुबह नहारमुंह पिएँ और इसी तरह शाम चार बजे जब तक आराम न आयें

बच्चों की बीमारियाँ

बच्चों को बुख़ार दस्त कै वग़ैरा में आप केमोमिला 30 (Cammomilla-30) कलकेरिया फ़ॉस 6 (Calcarea phos 6x)फ़ेरम फ़ास 6 (Ferrum phs-6x) इस्तेमाल कराएँ (केमोमिला दो बूँद कलकेरिया फ़ॉस 2 गोलियाँ फ़ेरमफ़ॉस 2 गोलियाँ थोड़े से पानी में घोल कर रख लें और हर घंटा बाद एक-एक चम्मच पिलाते रहें) कलकेरिया फ़ॉस बच्चों का टॉनिक है दुबले पत्ले बच्चे इस की दो-दो गोलियाँ सुबह दोपहर शाम खाने से एक महीना में मोटा ताज़ा हो सकते हैं।

ख़ुदा न करे अगर आप के शौहर में मर्दाना कमज़ोरी हो तो आप उसे नीचे दिया गया नुस्ख़ा इस्तेमाल करने का मशवरा दें।

मॉसकस Moscus 3x3

डिमयाना Damian-Q

योहिमबेनियम Yohimbinum-Q

एगनस कॉसटस Agnuscastus-Q

इयोनिया स्टेवा Aveniastiva-Q

इन सब को एक बड़ी बोतल में मिला लें और सुबह दोपहर शाम खाने के 20 मिनट बाद इस का 1/2 टी स्पोन (चाय का चमचा) दो घूँट पानी में मिला कर पिया करें और आलफ़ॉस की पाँच-पाँच गोलियाँ सुबह नहारमुँह, दोपहर दो बजे और रात को

सोते वक़्त पानी से खाया करें इस तरह वह डॉक्टरों के चक्कर से बच जाएँगे अल्लाह पाक आप को हर बीमारी से बचाएँ।

आप अगर होमियोपैथी और बायूकैमिस्ट्री की छोटी-छोटी किताबें मंगवा कर पढ़ा करें तो कुछ दिनों में आप अपना और बच्चों का मामूली इलाज करना सीख लेंगी और हर वक़्त डॉक्टर के दरवाज़े पर दसतक देने से नजात मिल जाएगी ख़ाली समय में इन किताबों का मुताला कीजिये और खुद अपने लिये अपने शौहर के लिये और अपने पड़ोस वालों के लिये भी मुफ़ीद साबित हों उन की तिब्बी ख़िदमत करें दुआएँ लें और अगर कमाना चाहें तो दवाओं की क़ीमत ले सकती हैं। इन तमाम दवाओं का एक सेट (Set) अपने घर में एक ही बार ख़रीद कर रख लें और ज़रूरत के वक़्त खुद भी इस्तेमाल करें और दूसरों की भी ख़िदमत करें घर में दवाएँ मौजूद होंगी तो जल्दी-जल्दी डॉक्टर के पास जाने की ज़रूरत नहीं पड़ेगी और रात या दिन के किसी भी लमहा में उन दवाओं से बीमारी का इलाज कर सकेंगी।

आख़िरी बात

आप ज़िन्दगी के लम्बे सफ़र पर रवाना हो रही हैं जहाँ क़दम-क़दम पर आप को आरज़ुएँ तंग करेंगी मुशकिलें आप का रास्ता रोकेंगी। नाकामियाँ और परेशानियाँ आप पर हमलाआवर होंगी और ऐसे मौक़ों पर आप तरह-तरह की उलझनें महसूस करेंगी इस लिये हमारा मुख़्लिसाना मशवरा है कि हर नाज़ुक मौक़े पर आप ख़ालिक़े अकबर को याद रखें अज्ज़ व इनकिसारी से दुआ माँगें इन्शाअल्लाह मायूसियाँ और मुसीबतें दूर हो जाएँगी नमाज़ की पाबन्दी करें पर्दा इख़्तियार करें अपनी इज़्ज़त और इस्मत को हर क़ीमत पर महफ़ूज़ रखें ज़्यादा ऐश व इशरत की तरफ़ रग़बत न करें हमारी दुआएँ आप के साथ हैं। अल्लाह पाक आप को क़दम क़दम पर कामयाबी, कुव्वत और ईमान अता फ़रमाए और एक हंसी ख़ुशी पुरसुकून ज़िन्दगी का लुत्फ़ उठाएँ।